

 **RECEPTY
Z RECEPTÁŘE**

konzervujeme **BEZ** **CHEMIE**





Říká se, že do třetice všeho dobrého. Třeba to vždycky neplatí, ale v našem případě se na to úsloví můžete spolehnout. Máme totiž pro vás třetí ze sešitů „Recepty z Receptáře“, které si vlastně píše sami diváci televizního Receptáře nejen na neděli a také měsíčníku Receptář na každý den. Jak takový sešit čas od času vznikne? Z důvodů, které jsou jednou logické a podruhé nemají s logikou nic společného, se nám v redakcích začínou hromadit dopisy se společným jmenovatelem.

Dejme tomu vánoční pečivo a cukroví. Na toto téma chystáme sešit před vánocemi a to logiku má, protože jde o soubor receptů, zaslaných do soutěže „Pečeme na vánoce“. Jistě si vzpomínáte, že jsme ji uspořádali loni za výlohami pražského Domu potravin. Podobně logicky vznikl první z těchto sešitů, „Ryba pro každého“, na jeho počátku stála rovněž soutěž Receptáře.

Tento třetí soubor receptů příznivců Receptáře není výslednicí žádné soutěže. Dalo by se říci, že na počátku jeho vzniku byly spory, protesty, sváry. Ano, zatím co třeba na politické scéně dá jedna strana podnět k rozpoutání boje o kompetence, v rodině Receptáře to začne vřít kvůli zavařování. Začíná to vždycky stejně. Kdosi na obrazovce vysvětluje ten (podle něho) nevhodnější způsob konzervace. Už na druhý den se ozve první protest. Jak vůbec může ten včerejší host používat v zavařovacím hrnci tolik vody, když voda je drahá a její zbytečné ohřívání je plýtvání energií! A už je tu další názor: horkou vodu musíte při další várce kompotů přečerpat hadičkou, tím šetříte čas i peníze. Jenže pak se spustí doslova lavina protestů — např.: „Vůbec nechápu, jak může někdo zavařovat vodou, když každé dítě ví, že úplně stačí pára. To ten pán asi tenkrát chyběl ve škole, když to probírali!“ — „Vlezte mi už na záda s tím přihlouplým šetřením! Když zavařuju houby, tak musím mít všechny skleničky pořádně pod vodou, jinak to nechytne. To bych toho asi ušetřil, kdybych ho poslechl, všechno by se mi zkazilo!“

A zatím co zavařovací boj zuří, nám se zvětšuje hromádka dopisů s nejrůznějšími nápady, radami a návody, jak to či ono udělat. Tak nějak to koneckonců vypadá i v redakcích politických deníků. Jen výsledek je kvalitativně jiný: náš čtenář a divák má z takového klání užitek. Ve změní poslaneckých půtek se těžko vyznáte, ale z receptů na zavařování si vybere každý.

Navíc jde v našem případě o spory nekonečné, nelze je uzavřít schválením zákona nebo koaliční

dohodou. I když ty názory vydáme, už se vynoří další. Vezměte si třeba česnek. Potravina je to zdravá a nenahraditelná. Jak ji konzervovat? Řadu receptů našich diváků jsme shromáždili i v tomto sešitu, ale sotva jsme odnesli ty dopisy přepsat na čisto, už tu jsou názory další a diametrálně odlišné. Třeba pan Flašar z Olomouce neuznává mrazení, nakládání do soli ani do sádla. Je zásadně pro sušení. Nakrájí stroužky na slabé lístky a suší je jako houby. Když se lupínky lámou, tak je semele na masovém strojků přes menší otvory v přírubě. Pak rozemletý česnek přesije přes sítko a jemný prášek používá na bramborák nebo na topinky, zatímco hrubší do masa. Pan Psoťný z Nového Mesta nad Váhom postupuje trochu jinak. Nejdřív česnek nastrouhá na struhadle, pak usuší na radiátorech a nakonec drtí v tříštivém kávomlýnku. Pan Kerouš z Vysokého Mýta zdůrazňuje, že sušený česnek musíte uchovávat ve vzduchotěsné nádobce, jinak vám bude vlhnout a přestane se sypat. A pan Novotný z Volyně zase tvrdí, že veškeré sušení je nesmysl, protože není nad česnek čerstvý.

Kdybychom ještě měsíc s vydáním sešitu „Konzervujeme bez chemie“ počkali, měl by už dvojnásobný obsah. Ale nač čekat, naše užitečné spory a sváry mohou pokračovat do nekonečna, tohle je přece teprve třetí ze sešitů „Recepty z Receptáře“! Pravda, říká se, že do třetice všeho dobrého, ale příznivci Receptáře určitě nedovolí, aby to u té třetice skončilo.

PŘEMEK PODLAHA



**RECEPTY
Z RECEPTÁŘE**

ÚVODEM

Než začnete zavařovat

Proč se kazí potraviny – Chemie ano, či ne? – Nálevy – Jaké láhve a uzávěry? – Konzervování teplem – Minuty a stupně – Chlazení a zmrazování – Sůl, cukr, ocet – Konzervace alkoholem – Kvašení, sušení, zahušťování – Jak sladit pro diabetiky

Nápady diváků Receptáře

1. Zavařování pomocí páry
2. Zavařování okurek v páře
3. Zavařování ovoce v páře
4. Schovávejte skleničky od dětské výživy
5. Jak využít opotřebovaná víčka Omnia
6. Zavařování bez petolu
7. Stačí trochu alkoholu
8. Zavařování v kotli na prádlo
9. Zavařování v pračce
10. Srovnajte si sami víčka
11. Jak rychle plnit sklenice
12. Jak lehce zavírat víčka
13. Zavařujte v hrnci, ale v páře
14. Zavařování v elektrické troubě
15. Zavařování v papíňáku
16. Zavařování v mikrovlnné troubě
17. Džem v mikrovlnné troubě
18. Kompoty z mikrovlnné trouby
19. Nevyhazujte starou pračku
20. Svařování mikroténu v alobalu
21. Svařování mikroténu v novinách
22. Stačí kancelářské svorky
23. Jak vytěsnit vzduch z mikroténového sáčku
24. Jak chladit jídlo
25. Sušíme na kotli ústředního topení
26. Sušárna z chladničky
27. Sluneční sušička
28. Uzavřená sluneční sušička

Ovocné recepty diváků Receptáře

29. Angreštový kompot
30. Borůvkový kompot I.
31. Borůvkový kompot II.
32. Broskvový kompot
33. Brusinky ve vlastní šťávě
34. Brusinkový kompot
35. Brusinkový kompot s malou dávkou cukru

36. Hruškový kompot
37. Jahodový kompot
38. Jeřabinový kompot
39. Jablkový kompot
40. Kompot z jablek a švestek
41. Meruňkový kompot
42. Mirabelkový kompot
43. Ořechový kompot
44. Kompot ze zelených rajčat
45. Rybízový kompot
46. Šípkový kompot
47. Švestky ve vlastní šťávě
48. Třešňový kompot
49. Dýňový kompot s ananasovou šťávou

Džusy, ovocné šťávy, sirupy

50. Džus z pomerančů a mrkve
51. Citrónový sirup
52. Pomerančový džus
53. Citrónová šťáva
54. Džus z pomerančů a mrkve
55. Džus
56. Limonáda z květů černého bezu
57. Šťáva z bezinek vařená
58. Malinová šťáva kvašená
59. Jablečný mošt pomocí odstředivky na prádlo

Džemy, marmelády, povidla

60. Angreštový džem
61. Broskvový džem
62. Jahodový džem
63. Pomerančový džem s hruškami
64. Angreštová marmeláda
65. Borůvková marmeláda a povidla
66. Hrušková povidla
67. Jablková povidla
68. Povidla z jablek a ostružin
69. Jeřabinová marmeláda
70. Malinová marmeláda
71. Meruňková marmeláda
72. Marmeláda z černého rybízu
73. Šípková marmeláda
74. Šípková povidla s jablky
75. Švestková povidla
76. Višňová marmeláda
77. Švestková povidla
78. Meruňková zavařenina z rajčat

Sušené ovoce

79. Sušená jablka
80. Sušená jablka zavařená
81. Jablka sušená na niti
82. Sušená jablka proslazená
83. Hrušky sušené
84. Dezertní sušené hrušky

85. Náplň ze sušených hrušek
86. Polotovar na „frgále“
87. Jak se dělá prachanda
88. Sušené švestky
89. Jak použít sušené švestky
90. Zavařované sušené švestky
91. Sušené švestky v lihu
92. Sušené meruňky
93. Třešně místo hrozinek
94. Sušený černý rybíz
95. Sušené jeřabiny do perníku
96. Sušené borůvky
97. Sušené šípky
98. Ovocný čaj
99. Bylinný čaj
100. Cukety jako cedrát

Různé konzervování ovoce

101. Pasta z hrušek
102. Švestková pasta
103. Kandování pomerančové a citrónové kůry
104. Ovoce v rumu
105. Jak uchovat čerstvé ovoce pomocí křenu
106. Domácí přesnídávka pro děti
107. Mražený rybíz a borůvky
108. Jak uchovat ořechová jádra

Zeleninové recepty diváků Receptáře

109. Zeleninová čalamáda
110. Televizní zeleninový salát
111. Slovenská čalamáda
112. Sterilovaný paprikový salát
113. Šavlový tanec
114. Pikantní zeleninový salát
115. Čalamáda z „Gigantu“
116. Čalamáda z červeného zeli
117. Vařená čalamáda
118. Moravská čalamáda
119. „Kunovjanka“
120. Papriky v octě
121. Lečo na zimu
122. Rajská jablíčka v aspiku
123. Lečo mojí maminky
124. Čalamáda opět jinak
125. Čalamáda víceúčelová
126. Sladkokyselý nálev
127. Květák v octovém nálevu
128. Papriky v octovém nálevu
129. Šáhožehan cukína
130. Cukíny – polotovar sterilovaný ve slaném nálevu
131. Sladkokyselé cukíny, okurky či cokoli jiného po plzeňsku
132. Cukína à la Čína
133. Čatny

- 134. Čatny z cukín
- 135. Rajská jablka ve vlastní šťávě
- 136. Rajská jablka v octovém nálevu
- 137. Salát z červené řepy
- 138. Salát z tykví
- 139. Celerový salát
- 140. Kapie ve sladkokyselém nálevu
- 141. Cukíny jako okurky

Kečupy

- 142. Domácí kečup
- 143. Kečup pikantní
- 144. Jugoslávský kečup
- 145. Kečup na topinky
- 146. Rajčatový kečup
- 147. Orient hot kečup

Pasty a protlaky

- 148. Papriková pasta
- 149. Paprikový protlak
- 150. Domácí rajský protlak
- 151. Pasta ze zelených rajčat
- 152. Rajský protlak na omáčku
- 153. Palivec z rajčat
- 154. Konzerva k přípravě plněných paprik

Zelenina do pokrmů

- 155. Zelenina v soli
- 156. Zelenina v tuku
- 157. Zeleninový protlak pod svíčkovou
- 158. Syrová zelenina v soli
- 159. Zelenina do salátu
- 160. Slovenská zelenina v soli
- 161. Zelenina s ivou
- 162. Dušená zelenina
- 163. Zelenina do polévky
- 164. Zelenina do polévky II.
- 165. Mletá zelenina (Vegeta)
- 166. Polévková zelenina v soli

Zeleninová hořčice

- 167. Zeleninová hořčice
- 168. Hořčice z rajčat
- 169. Zeleninová hořčice ze zbytků
- 170. Pikantní hořčice
- 171. Cuketová hořčice
- 172. Ostrá hořčice
- 173. Papriková hořčice
- 174. Hořčice z červeného zelí

Konzervace ředkviček

- 175. Ředkvičky jako okurky
- 176. Ředkvičky na dva způsoby
- 177. Ředkvičky do třetice

Konzervace zelí

- 178. Zelí po staročesku
- 179. Zelí po prešovsku
- 180. Zelí bez šlapání

- 181. Nakládané zelí
- 182. Tuřanské zelí
- 183. Sterilované tuřanské zelí
- 184. Červené zelí s olejem
- 185. Zelný salát po kyjovsku
- 186. Zelí kvašené v lahvích
- 187. Zelí s křenem — prevence proti chřipce
- 188. Červené zelí s křenem
- 189. Řecké zelí
- 190. Nechte „zelák“ na balkóně

Nakládáme okurky

- 191. Jak zavařovat přerostlé okurky
- 192. Dobrý nálev na okurky
- 193. Nový způsob zavařování okurek
- 194. Sklenění hádci
- 195. Bzenecké okurky
- 196. Úsporné okurky
- 197. „Znojmské“ okurky
- 198. Okurky v octě
- 199. Okurky s hořčicí
- 200. Okurkové řezy s česnekem

Konzervace česneku

- 201. Česnek z ledničky
- 202. Česnek v sádle
- 203. Česnek s ivou
- 204. Česnek z mrazničky
- 205. Mletý mražený česnek
- 206. Česnek jako čokoláda
- 207. Kurgušský česnek
- 208. Česnekové výhonky
- 209. Jak uchovat česnek

Konzervace hub

- 210. Houby v octě
- 211. Houby ve vlastní šťávě
- 212. Houby v soli
- 213. Houby v tuku
- 214. Houby sušené
- 215. Houby v octovém nálevu
- 216. Předsmažené houby mražené
- 217. Houby v octě
- 218. Zavařování hub
- 219. Salát z hub
- 220. Tři řady k nakládání hub
- 221. Zavařování václavek
- 222. Kvašené houby
- 223. Solené houby
- 224. Houby ve sláném nálevu
- 225. Sušení hub

Další způsoby uchování zeleniny

- 226. Jak udržet salát co nejdéle čerstvý
- 227. Vysychají vám citróny?

- 228. Jak uchovat petržel na zimu
- 229. Sterilované brambory
- 230. Fazolové lusky ve sláném nálevu
- 231. Loupané okurky pro diabetiky
- 232. S kečupem proti společenské únavě
- 233. Příprava mražené zeleniny
- 234. Mražený křen

Je třeba koření, hlavně do života

Staré recepty

- 235. Cukrový ocet
- 236. Borůvky
- 237. Brusinky
- 238. Hrozny
- 239. Jahody
- 240. Kdoule
- 241. Jeřabiny
- 242. Maliny
- 243. Melouny
- 244. Mirabelky
- 245. Moruše
- 246. Ořechy bílé
- 247. Ořechy černé
- 248. Pomeranče
- 249. Reven rebarbora
- 250. Smišené ovoce
- 251. Šípky
- 252. Švestky
- 253. Borůvková šťáva
- 254. Borůvková šťáva jiná
- 255. Jablečná šťáva
- 256. Jahodová šťáva na omelety hustá
- 257. Kdoulová šťáva
- 258. Meruňková šťáva
- 259. Hrušková marmeláda
- 260. Jeřabinová marmeláda
- 261. Jablečná marmeláda
- 262. Jablková huspenina
- 263. Melounová huspenina
- 264. Artyčoky
- 265. Kukuřičné paličky
- 266. Šťáva fialková
- 267. Šťáva růžová
- 268. Zavařený meloun
- 269. Citróny v cukru
- 270. Růžová poupata v cukru
- 271. Ovoce v medu
- 272. Fazolové lusky v cukru
- 273. Hrozny
- 274. Pomeranče v lihu
- 275. Hrušky zavařené v hořčici
- 276. Hříbky v soli naložené
- 277. Hříbky v octě naložené
- 278. Houby v citrónové šťávě
- 279. Žampiony v octě
- 280. Ryzce zavařené

NEŽ ZAČNETE ZAVAŘOVAT

PROČ SE KAZÍ POTRAVINY

První příčinou kažení je činnost mikroorganismů, pro které je potravina základní živinou. Proto je nutno zamezit jejich přístupu a snížit jejich koncentraci. Čisté pracovní prostředí a čistota nádobí a nářadí omývaného hygienicky nezávadnou vodou je samozřejmostí. Větším problémem je mikrobiologická čistota přídatných surovin, které se sice v původním stavu samy nekazí, ale mohou být zdrojem infekce. Vysoký obsah mikroorganismů může obsahovat například cukr, sůl a koření. Často se také zapomíná na zaschlé zbytky cukru a zbytky potravin v obalech, zejména sklenicích, které se při mytí špatně odstraňují. Mikroorganismy se proti nepříznivým podmínkám chrání uzavřením do vhodného vlastního ochranného obalu a vytvářejí tak zvané spory. Tam přechkají i sterilaci. Opět vyklíčí až ve vhodném prostředí, ke kterému kromě živin bezpodmínečně potřebují vodu. Proto sušené výrobky při zvlhnutí plesniví, nebo se po několika dnech zkazí kompot v nedokonale vymyté sklenici. Doporučujeme proto sklenice po důkladném vmytí ještě desinfikovat alespoň 20 minut ve vyhřáté troubě.

CHEMIE ANO, NEBO NE?

Považujeme-li chemii za nepřítel, kterému se chceme při zavařování vyhnout, je dobré vědět, čeho se vyvarovat.

Úpravou prostředí přidávkem většího či menšího množství vhodné chemicky působící látky sice dosáhneme potlačení rozvoje mikrobů v potravine, ale nedochází k usmrcení spor. Pouze se omezí nebo ochromí jejich životní funkce a zastavuje se jejich množení. Zásadní nevýhodou tohoto konzervačního způsobu je přidávek nové, z hlediska potraviny cizorodé látky. Některé dříve používané chemikálie jsou v současné době považovány za látky zdraví škodlivé a jejich používání jako konzervovadla je nepřijatelné, jiné se projevují nežádoucími změnami chuti, vůně, barvy či konzistence. Všeobecně se užívání chemických konzervovadel stále více omezuje a tam, kde je to technicky a výrobně možné, se uplatňují vhodnější konzervační způsoby, především pasterace a sterilace. Na průmyslových výrobcích musí být použití chemického konzervovadla včetně druhu a jeho koncentrace výslovně uvedeno. Z čistých chemikálií je pro účely konzervace používán především oxid siřičitý, kyselina benzoová, kyselina mravenčí a kyselina sorbová.

OXID SIŘIČITÝ

je za normální teploty bezbarvý, dusivý plyn, který se ve vodě rozpouští na šestiprocentní roztok. V malých množstvích se nejčastěji používají krystalky nebo lisované tablety kaliumpyrosulfitu (pyrosiřičitanu draselného). Oxidací na vzduchu se krystaly rozpadají na bílý prášek, proto je nutno ho skladovat pouze v dobře uzavřených lahvích. Je dobře rozpustný ve vodě a v dobrém stavu má uvolnit při rozpouštění nejméně 50% oxidu siřičitého (pro zasiřování vín, zelí apod.). Sirnými knoty se po zapálení uvolněným plynným oxidem

vysířují nejčastěji sudy a menší skladovací prostory na ovoce. Varem se odstraní z výrobku většina volného oxidu. Oxid siřičitý odbarvuje především přirozená červená a modrá barviva. Hotové výrobky smějí obsahovat nejvýše 0,02 % SO_2 . Tato koncentrace není zdraví škodlivá. V praxi se používá ke konzervování vín, při výrobě sirupů a ovocných pomazánek.

KYSELINA BENZOOVÁ

je bezbarvá krystalická až šupinkatá hmota, bez zápachu, s nejvyšší rozpustností ve vodě 0,21 %. Pokud se používá do výrobku nerozpuštěná v prášku, je nutno ji dokonale rozmíchat. Ve vodě je špatně rozpustná, proto se často používá dobře rozpustného benzoanu sodného. Benzoan sodný je bílý krystalický prášek nasládlé chuti a dráždivé vůně, s nejvyšší rozpustností 61 váhových dílů ve 100 váhových dílech vody. Obvykle se připravuje 10–12-procentní vodní roztok. Kyselina benzoová ovlivňuje především chuť výrobku a lze ji i v povolených koncentracích dobře rozeznat. Některé světlé druhy ovoce jejím působením tmavnou. Varem se z výrobku odstraní pouze nepatrně. Používá se pro konzervaci pouze kyselých výrobků. V nekyselém prostředí je málo účinná. Hotové výrobky smějí obsahovat nejvýše 0,15 % kyseliny benzoové. Jeden díl kyseliny benzoové lze nahradit 1,33 díly benzoanu sodného. Vzhledem ke svým slabým konzervačním účinkům se někdy kombinuje v přiměřeném množství s jinými chemickými konzervovadly, především oxidem siřičitým. V praxi se používá ke konzervování hořčice a některých zeleninových a rybích výrobků. Je obsažena v petolu a deku.

KYSELINA MRAVENČÍ

V koncentrovaném roztoku je bezbarvá kapalina, palčivě chuti a vůně, silně kyselá a leptavá. To je třeba mít na paměti při manipulaci a jejím skladování. V praxi se používají vodné roztoky různé koncentrace, nejčastěji padesáti- a osmdesátiprocentní. Kyselina mravenčí nemění ani barvu ani vůni konzervovaných potravin a v povolených koncentracích ovlivňuje chuť pouze nepatrně. Poněkud porušuje v ovoci rosolotvorné látky – pektiny. Je značně agresivní vůči kovům. Varem se z výrobků částečně odstraňuje, a to ve stejném poměru s vodou. Při snížení objemu suroviny na polovinu odpařením vody při 100 °C se sníží na polovinu i původní obsah kyseliny. Používá se pouze pro kyselá až silně kyselá prostředí. V nekyselém prostředí je neúčinná. Hotové výrobky smějí obsahovat nejvýše 0,15 % kyseliny mravenčí. Vzhledem ke svým slabým konzervačním účinkům se někdy kombinuje v přiměřeném množství s jinými chemickými konzervovadly, především oxidem siřičitým nebo s benzoanem sodným v polovičních dávkách.

KYSELINA CITRÓNOVÁ

pouze zvýrazňuje faldní chuť některých druhů ovoce, je možno ji vynechat. Nemá žádný praktický konzervační účinek.

NÁLEVY

Při výrobě sterilovaných kompotů a zeleniny se očištěná a upravená surovina zalévá odděleně připraveným nálevem. S dostatečnou přesností platí, že na 3 kg ovoce nebo zeleniny je třeba 1 litr nálevu. Následující tabulka pro přípravu nálevů bere za základ 1 litr vody, přičemž násobek vody vychází na 1 kg cukru.

Nálev	voda	cukr	sůl	8% ocet	kyselina citronová
	litr	gram	gram	litr	gram
okurky sladko- kyselé	1	100	30	330	
rychlouvašky	1		40	150	
houby kyselé	1		30	400	
houby sladkoky- selé	1	100	30	330	
paprika sladko- kyselá	1	150	40	250	
cibulky sladko- kyselé	1	80	30	330	
červená řepa	1	80	40	330	

Přidávky koření podle chuti a zvyklosti

Pro výrobky s olejem přidat na dno sklenice jednu polévkovou lžičku jedlého oleje

Nálev	voda	cukr	sůl	8% ocet	kyselina citronová
	litr	gram	gram	litr	gram
angrešt	1	250			
borůvky	1	330			
broskve	1	330		1,5	
jahody	1	500		3,0	
maliny	1	500		1,5	
ostružiny	1	500			
meruňky	1	330		3,0	
švestky	2	250		2,5	
třešně	1	330		7,0	
višně	1	500			

JAKÉ LÁHVE A UZÁVĚRY?

O tomto tématu hovořil v Receptáři několikrát odborník ing. Eduard Němec, CSc. Vybrali jsme pro vás některé z jeho rad.

Láhve na nápoje jsou na našem trhu v různém provedení podle typu, tvaru a velikostí, podle způsobu uzavírání.

Téměř všechny jsou vhodné pro uzavírání korkovou zátkou. V poslední době stále více typů lahví je upraveno pro uzavírání korunkovými uzávěry. Korunkové uzávěry se liší podle povrchové úpravy a podle použitého těsnění (z PVC pasty, PVC granulátor či PE granulátu). Na hrdlo láhve se nasadí umytá, čistá a nedeformovaná korunka, na ní uzavírací kroužek širší stranou dolů ke korunce a jeho stlačením (nejlépe ve stojanu od ruční vrtačky) nebo opatrným poklepem paličkou či kladívkem se láhev korunkou uzavře. Kroužek je upraven tak, že jeho výška přesně odpovídá správnému uzavření, aby nedošlo k rozbití láhve. Korunka po uzavření je v rovině s horní plochou uzavíracího kroužku. Mírným poklepem na spodní okraj se uzavírací kroužek sklepe a sejme. Korunku lze použít jen jednou.

Pro uzavírání obecně platí: je nutno použít láhve i uzávěry nepoškozené a dokonale čisté. Čisté láhve se naplní studeným nebo teplým nápojem a uzavřou čistým omytým, nepoškozeným korunkovým uzávěrem, nebo v teplé vodě předmáčenou čistou korkovou zátkou. Volný prostor pod uzávěrem musí být dostatečně velký, aby změna objemu náplně při případné sterilaci uzávěr neuvolnila nebo neroztrhla láhev. Lze také plnit studené nápoje, naplněné otevřené láhve sterilovat v otevřených hrncích a uzavírat je ihned po vyjmutí z vařící vody. Je možné do hotových lahví plnit vysterilovaný horký nápoj, zejména mošt, ihned uzavírat a nechat vychladnout. Manipulace s horkými lahvemi není ovšem snadná. Teplota nápoje nesmí až do okamžiku naplnění do láhve klesnout pod 85 °C, nebezpečí opaření je vysoké.

Mošty lze zavařovat i do 4litrových sklenic Omnia. Získáme tak „rodinné balení“.

Je ještě třeba se zmínit o lahvích na závitový uzávěr. Zpravidla se jedná o hliníkový uzávěr typu Alkork, používaný na láhve pro alkoholické nápoje. Závit na uzávěru je vytvářen až po jeho nasazení na láhev v složitém uzavíracím mechanismu. Opakované použití uzávěrů nelze doporučit pro sterilované nápoje, protože většínou netěsní dokonale.

Jiné druhy lahví a uzávěrů, zejména od kosmetiky, čisticích prostředků, rozpouštědel, ředidel a jiných chemikálií jsou nevhodné, protože se jedná o láhve a uzávěry, které nejsou pro potraviny či léky a nesplňují tedy přísné hygienické požadavky.

Tuzemské plastové uzávěry pro nápoje by se měly na našem trhu objevit již zanedlouho.

Pro domácí konzervování ovoce, zeleniny a hub se ustálily dva systémy víček a to: nasazovací Omnia a závitový Twist-off (TO).

Hliníková víka Omnia mají průměr 56, 58, 83 a 103 mm. Běžně jsou prodávána víka s těsnicí hmotou dříve bílou, nyní světle růžovou, aby byla lépe vidět na bílém lahvovém podkladu.

Víka se uzavírají ruční uzavírací hlavou. Hlavy v několika provedeních jsou běžně v prodeji. Stlačením uzavírací hlavy rukou se zatočený spodní okraj víka přitlačí na sklenici v řadě míst po celém obvodu.

Víka pro opakované použití jsou opatřena názorným potiskem, jsou z poněkud tlustšího hliníkového plechu a uzavírají se jednoduchým nasazením ocelové spony přes víko tak, aby se spona zachytila v drážce na boku ústí sklenice. Ze strany se spona zlehka zasune na sklenici s víkem svými zatočenými okraji mezi víko a horní hranu sklenice. Kryje-li spona rovnoměrně celé víko, její středový kontrolní otvor je nad středem sklenice. Tlakem obou dlaní na kraje spony její zatočené okraje zapadnou a zachytí se pod opěrný kroužek ústí sklenice Omnia. Tím je víko přichyceno k ústí sklenice. Těsnost tohoto spojení lze ověřit otočením sklenice víkem dolů. Nálev nesmí ze sklenice vytékat, únik několika kapek při delší době otočení není na závadu. Vytéká-li nálev, pootočí se víkem a zkouška se opakuje. Vytéká-li nálev i nadále, je poškozeno ústí sklenice, výjimečně těsnění víka. Nechce-li spona na sklenici držet, je obvykle třeba přihnout častým používáním roztažená raménka spony.

Víka pro opakované použití nejdou uzavírat ruční uzavírací hlavou.

System Twist-off používá ocelová víka TO o průměrech 43, 53, 66 a 82 mm. Prodávána jsou víka lakovaná s různou povrchovou úpravou, opatřená těsnicí hmotou. Výhodou plastových vík, která se také používají, je odolnost proti korozi, vhodná jsou pro výrobky s vyšším obsahem octa a soli. Víka TO se na sklenici uzavírají a otevírají otočením, není třeba používat žádné uzavírací techniky. Stačí překontrolovat, zda počet závitů na sklenici je shodný s počtem příchytek na víku. Proto je nutno sklenice před naplněním předeřhát nejlépe vypláchnutím horkou vodou, plnit teplým až horkým výrobkem, zalévat horkým až vařícím nálevem, ihned uzavírat správným typem víka a pokud možno co nejdříve sterilovat. Uzavřené sklenice se vkládají do horké vody a přiměřeně se zkrátí sterilace.

Pro zavařování obecně platí: sklenici a jí odpovídající typ víka nepoškozené a dokonale čisté. Nejhorší jsou zaschlé zbytky nečistot, které se při rychlém omytí nerozpustí, přečkají sterilaci a rozpustí se až druhý den, obsah spolehlivě zinfikují a výrobek se zkazí.

KONZERVOVÁNÍ TEPEM

Zavařování je jeden ze způsobů, jak prodloužit údržnost čerstvé potraviny teplem. V domácím zavařování se jedná o takovou tepelnou úpravu, při které jsou zničeny pouze mikroorganismy, které by mohly působit další kažení. Přitom se nemění odolnost prostředí, která trvá pouze tak dlouho, dokud u potraviny nedojde k nové infekci. Nejvíce je rozšířena sterilace při teplotách do 100 °C, při které jsou ničeny všechny mikroorganismy a choroboplodné zárodky, které se mohou dále rozmnožovat a kazit potraviny v kyselém prostředí. Proto lze tohoto způsobu využít pouze u výrobků, které jsou již samy od sebe kyselé (ovoce) nebo uměle okyselené (zelenina v kyselém nebo sladkokyselém nálevu). Sterilace při teplotách nad 100 °C se používá pro výrobky nekyselé (např. zelenina ve slaném nálevu).

MINUTY A STUPNĚ

Obecně platí, že čím nižší teplota, tím delší je doba potřebná k dosažení sterility náplně a při vyšších teplotách lze většinou dosáhnout hodnotnějších výrobků. Při výpočtu množství dodaného tepla je nutno vzít v úvahu i tepelnou vodivost. Skleněné obaly se prohřívají daleko pomaleji než plechové. Pomaleji probíhá ohřev náplní kusovitých a kašovitých než kapalných. Pro dosažení potřebné sterility je třeba, aby na každou část výrobku působila příslušnou dobu potřebně vysoká teplota. V praxi to znamená, že je nutno vyhrát střed konzervy, případně střed kusovitých částí i za tu cenu, že ostatní části konzervy budou mírně přesterilovány. Pro vysterilování kyselých výrobků je nutné dosáhnout teploty 85 °C po dobu 15 minut a pro vysterilování nekyselých výrobků teploty 100 °C. Protože teploty přes 100 °C lze dosáhnout pouze v tlakových hrncích, kde ale nelze jednoduchým způsobem měřit teplotu, není tento postup zavařování rozšířen. Lze jej však nahradit. Nekyselý výrobek se steriluje jako kyselý teplotami do 100 °C, poté se nechá vychladnout. Po 24 hodinách, tedy druhý den, se opět steriluje teplotami do 100 °C. Je ovšem nutno počítat se změnami konzistence dvojným vařením, tedy

zejména s výraznějším změknutím. Mikroorganismy uzavřené ve sporách obvykle přečkají první sterilaci. Po ní v optimálním prostředí konzervy ve vlažném roztoku opět vyklíčí, ale nepřečkají druhou sterilaci.

Spory jsou všude, zejména v sušených výrobcích: největším zdrojem infekce je koření, které je třeba převařit. Přídavek koření u okurek, zeleniny či hub ve sladkokyselém nálevu je naprosto bez rizika.

CHLAZENÍ A ZMRAZOVÁNÍ

Trvanlivost potravin lze prodloužit i snižováním teploty. S klesající teplotou se veškeré mikrobiální pochody zpomalují. Konzervační účinek je však vždy jen dočasný.

Chlazením lze prodloužit údržnost jen krátkodobě. V praxi se používá pouze pro uchování surovin před dalším zpracováním. Teploty skladování mají být co nejnižší, nejlépe nad bodem zmrznutí. Pro dlouhodobé uchování potravin je nutno potraviny dostatečně rychle zmrazit na teploty pod -20 °C a dlouhodobě skladovat při teplotách kolem -18 °C. I tak se časem mění některé složky potravin, čímž se jejich jakost sice pomalu, ale přece jen zhoršuje.

KONZERVACE ALKOHOLEM

Zamezit kažení potravin lze také přídavkem alkoholu. Etanol zastavuje při koncentraci nad 15 % činnost mikroorganismů. V praxi se tohoto účinku využívá pouze pro nakládání ovoce v lihu. Hotový výrobek má obsahovat nejméně 14 % alkoholu. Použitý čistý, nede-naturovaný líh má být nejméně 60procentní. Pro zlepšení chuti se přisazuje až 5 % cukru na hmotnost výrobku (cukr nemá konzervační účinky). Použité ovoce musí být čerstvé, nepoškozené a nepřezrálé, jinak v alkoholu měkne a rozpadá se.

SŮL

Konzervační účinek kuchyňské soli se projeví až při koncentracích nejméně 10 %, některé mikroorganismy snášejí koncentrace až 30 %. V praxi se používá nižších koncentrací soli v kombinaci a okyselováním při konzervaci zeleniny. Sůl jako samostatné konzervovadlo se uplatňuje pouze při uchování zeleniny. Nakrouhaná a nakrájená zelenina se promíchá se solí. Obdobně se roztírá česnek se solí. Hotový výrobek má obsahovat 20 % soli.

CUKR

Přídavek dostatečného množství cukru způsobí ve skutečnosti snížení obsahu vody ve výrobku, ten se pak chová jako sušený, a proto se nemůže kazit. Cukr sám nemá žádné antimikrobní účinky. Výrobky konzervované přídavkem cukru (sirupy, marmelády, džemy, rosoly, povidla) mají mít nejméně 60 % sušiny, proslazované ovoce nejméně 70 % sušiny. Surovinu pro konzervaci přídavkem cukru nejprve vylisujeme nebo propasírujeme, zahustíme za stalého míchání odpařením stanoveného podílu vody, přisladíme, případně přidáme rosolotvorné přísady (pektin), povaříme a plníme do obalů. Ve šťávě se nejprve rychlým ohřevem a ochlazením in-

aktivují enzymy, aby nedocházelo ke zhoršování chuti, vůně a barvy. Chladná šťáva se pak nechá prosakovat vrstvou cukru nebo se cukr ve šťávě rozpustí třepáním. Proslazování, tak zvané kandování ovoce či zeleniny se dělá postupným máčením do stále koncentrovanějších roztoků cukru. Obsah vody v surovině a cukerném roztoku se postupně vyrovnává, až cukerná sušina výrobku dosáhne 70 %. V poslední době je tendence snižovat obsah cukru ve výrobcích. Je proto nutné při nižších koncentracích cukru použít další konzervační postup, nejčastěji sterilaci.

OCET

Vlastní konzervační účinky v chuťově únosných koncentracích má pouze ocet. Ocet je buď 8%, nebo výjimečně 10% roztok chemicky čisté kyseliny octové vzniklé kvašením a má proto příjemnější, hladší chuť. Nelze proto doporučit používání kyseliny octové jako chemikálie. Protimikrobní konzervační účinky octa jsou při koncentracích nejméně 4–6% na celý obsah. Pokud tedy zvolíte konzervování potravin v octě, pak k dosažení 4% je třeba 8% ocet zředit na polovinu. Musí se tedy přidat stejné množství 8% octa, jaká je hmotnost konzervované suroviny. V současné době se tohoto způsobu používá jen u speciálních výrobků, jako jsou houby v octě nebo rybí marinády. Kdysi se v domácnostech uchovávaly přes zimu švestky v octě.

Použití ostatních kyselin jako citronové, vinné, jablečné, ale i octové a mléčné, používaných k chuťovému zvýraznění výrobků v koncentracích do 1,5% prakticky nemá vlastní antimikrobní účinky a používá se pouze v kombinaci se sterilací.

KVAŠENÍ

Klasickým konzervačním postupem mimořádného významu je kvašení. Mléčné kvašení lze vyvolat u nekyselé zeleniny, kdy v ní obsažené sacharidy (cukry) se kvašením přemění na kyselinu mléčnou. Sladké ovoce, které obsahuje výrazně vyšší koncentrace cukrů, prokvasí na alkohol, nikoli na kyselinu mléčnou. Oba postupy je nutno správným způsobem ovlivňovat, jinak dojde k octovému či máselnému kvašení a výrobek se pokazí.

Působením kvasinek dochází k přeměně některých cukrů na etanol a oxid uhličitý. Tento postup je klasický pro výrobu ovocných a révových vín a pro výrobu pálenek. Za konzervaci ovoce je považována pouze výroba vín. Při ní se nejprve z ovoce vylisuje šťáva, mošt, který buď v původním stavu, nebo po vhodné úpravě (ředění, přislazení) vykvasí. Optimální počáteční koncentrace cukru je 8–20%, nejvyšší 30%. Kromě cukru potřebují kvasinky i minerální živiny. Doporučuje se proto ředění šťávy příživit roztokem solí dusíku a fosforu. Optimální teplota kvašení je 15–20 °C. Mošt se obvykle rozkvasí kvasinkami přítomnými na ovoci. Jinak lze použít zákvasu připraveného z čistých kultur kvasinek.

MLÉČNÉ KVAŠENÍ

Působením bakterií dochází k přeměně některých sacharidů na kyselinu mléčnou. Pro správný průběh je třeba dodržet některé zásady. Dobře očištěná zelenina se

buď vcelku, nebo dělená ukládá do čistých nádob. Krouhanka se v nádobách dobře udusává, aby se vypudil vzduch, přitom se uvolní buněčná šťáva. Uvolní-li se málo šťávy, je možno ji doplnit 1,5% roztokem kuchyňské soli. Celé plochy se zalejí slaným nálevem (obsah soli 1,7–2% na celý obsah kvasné nádoby). Náplň se zatíží tak, aby byla stále pod nálevem. Naplněné nádoby se podle okolní teploty nejpозději do několika dnů rozkvasí působením mikroflóry, která je za normálních okolností na zelenině přítomná. Pokud byla zelenina před nakládáním tepelně upravována (předvařena), je nutno dodat mléčný zákvas. Nejlépe je použít čistou kulturu mléčného kysání podle pokynů výrobce. V nouzi je možno použít i kyselou syrovátku. V každém případě musí být použito zákvasů v čerstvém stavu. Během kvašení se odstraňuje z povrchu nádob vzniklý křís a podle potřeby se dolévá nálev (1,5% roztok kuchyňské soli) tak, aby zelenina byla neustále potopena. Tím se zabrání přístupu vzduchu k náplni a přeměně mléčného kysání na nežádoucí máselné měknutí plodů a pozdější hnilobný rozklad. Doba kvašení je značně závislá na teplotě, při které probíhá. Při teplotách přes 200 °C proběhne kysání za 4–8 dní, v chladnější podzimní sezóně při teplotách 15 °C za 3–4 týdny. Nižší teploty jsou jak pro vlastní průběh kvašení, tak pro další údržnost výrobku výhodnější. Mléčně vykvašená zelenina je trvanlivá pouze omezeně. Skladována má být při teplotách 0–10 °C, nesmí zmraznout. Z povrchu je třeba stále odstraňovat křís, zelenina musí být stále potopena. Podle potřeby je možno dolévat 1,5–2% roztokem kuchyňské soli, případně mírně okyseleným octem. Kysané výrobky lze navíc ještě sterilovat.

SUŠENÍ

Výhodně lze prodloužit trvanlivost potravin odejmutím vody. To se provádí jednak vysušováním, jednak zvyšováním obsahu vhodné látky (zahušťování, přislazování). Mikroorganismy při tomto způsobu konzervace většinou nehynou. Při uchovávání takto upravených potravin je třeba mít na zřeteli, že vlhkost především povrchu potravin, které nejsou dostatečně hermeticky uzavřeny, se vyrovnává do rovnovážného stavu s vlhkostí okolní atmosféry. Sušit lze na slunci, v přirozeném průvanu nebo uměle v různých sušicích zařízeních. Na začátku sušení je výhodnější vyšší teplota a rychlé proudění vzduchu, ke konci sušení nemá vliv proudění vzduchu praktický význam. Některé suroviny, především dělenou zeleninu, je vhodné před sušením mírně povařit a tím snížit aktivitu přítomných enzymů.

ZAHUŠŤOVÁNÍ

je částečné odpaření vody z potravin. Zkoncentrováním nerozpustných složek potravin se vytvoří prostředí nevhodné pro mikroorganismy. Ovocné koncentráty mívají obvykle 50–70% sušiny, zeleninové 25–50% sušiny. Při nižších koncentracích je nutno použít ještě další konzervační postup, například okyselení, přislazení, případně sterilaci. Surovina pro zahušťování se nejprve vylisuje nebo propasíruje. Pro zachování chutě, vůně, barvy a vitamínů je výhodnější zahušťovat při nižších

teplotách, případně za sníženého tlaku. V domácnosti se obvykle pracuje s přímým ohřevem za teplot blízkých varu. Při těchto teplotách je vyšší protimikrobní účinek, může dojít až k praktické sterilaci, ale ovoce či zelenina při tom mění barvu.

JAK SLADIT PRO DIABETIKY

Výrobky vhodné pro diabetiky se od normálních liší pouze tím, že neobsahují cukr (sacharosu). Nemůže se tedy využít těch konzervačních postupů, kdy je přídatku cukru využíváno ke konzervaci a dlouhodobé konzervaci (např. džemy, marmelády, sirupy, kandované ovoce). Tyto výrobky se proto musejí konzervovat jiným způsobem, nejlépe sterilací.

Protože sladkost chceme zachovat, používáme různá umělá sladidla. Látek, které působí sladký vjem, aniž obsahují pro diabetiky nepřístupný cukr, je mnoho.

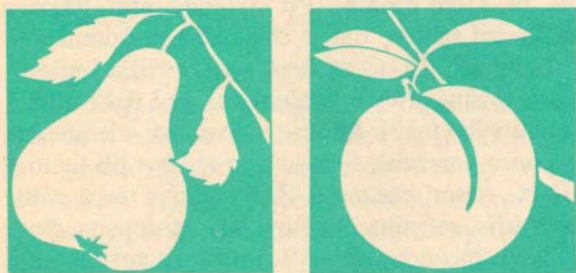
Z umělých sladidel na našem trhu lze doporučit následující (číslo udává, kolikrát větší hmotnost cukru sladidlo nahradí – kolikrát je sladivější):

Acesulfan	(NSR – Hoechst)	130×
Cyklamáty	(USA – Du Pont)	32×
Steviosid	(Brazílie)	300×
Asparten – usal		200×
Sorbit		0,6×
Xyloza		0,7×
Fruktosa		1,4 – 1,7×

Přípravky s malou sladivostí se používají do těst a moučníků, aby nahradily hmotu – objem cukru.

Výrobky určené pro diabetiky lze použít i jako nízkokalorické při redukčních dietách.

Pro omezení návyku je dobré sladidlo občas změnit.



NÁPADY DIVÁKŮ RECEPTÁŘE

1. ZAVAŘOVÁNÍ POMOCÍ PÁRY

Šetřit vodou i časem doporučuje paní Marie Stuchlíková z Jihlavy. Její recept je vlastně zavařování pomocí horké páry. Vyžaduje samozřejmě šikovnost, protože existuje značné nebezpečí opaření, ale paní Stuchlíková tvrdí, že pro zkušené hospodyňky by to neměl být problém.

Z hrnce na zavařování sejme píšťalku a do otvoru naleje vodu. Místo píšťalky nasadí na hrnec hadičku na stáčení vína a „vyvíječ páry“ je hotov.

2. ZAVAŘOVÁNÍ OKUREK V PÁŘE

Připravte si horký nálev na okurky podle vlastního oblíbeného předpisu. Sklenice dobře vymyjeme horkou vodou. Naskládáme do nich oprané okurky, přidáme mrkev, cibuli, křen a bobkový list. Za-

lejeeme vařícím nálevem. Pak vezmeme do utěrky víčko, do pravé ruky rovněž do utěrky hadičku. Víčko přidržíme těsně nad sklenici, hadičku dáme pod víčko a foukáme horkou páru. Potom ihned víčko přimáčkne. Odpadá pracné zavírání zavařovací hlavou, stejně jako vaření. Sklenice otáčíme na víčku. Chytne prý každá! Jestli ne, jde o vadné víčko nebo poškozenou sklenici.

3. ZAVAŘOVÁNÍ OVOCE V PÁŘE

Nejprve si připravíme nálev: na 1 litr vody svaříme 1 kg cukru. Tento sirup uchováme v ledničce a podle druhu ovoce přidáváme. Očištěné a připravené ovoce vaříme v kastrole a ochutnáme, jak je sladké. Dobu vaření určíme podle toho, jak máme rádi ovoce měkké. Tvrdost zkusíme špejlí. Jestli je ovoce už dost měkké a šťáva (podle potřeby přislazená

sirupem) nám chuťově vyhovuje nalejeme ovoce se šťávou do sklenic. Stejným způsobem jako u okurek foukneme páru pod víčko, přitlačíme, otočíme a zavařování končí.

„Výhoda je v tom, že nemusíme stále vytahovat zavařovací hrnec a že třeba okurky, které na malých zahrádkách dozrávají postupně, můžeme zavařovat po částech. Šetříme tím nejen vodu, plyn a čas, ale také víčka, která se nepoškodí zavařovací hlavou“, dodává autorka receptu.

4. SCHOVÁVEJTE SKLENIČKY OD DĚTSKÉ VÝŽIVY

zní druhá rada manželů Muricových. Již několik let je pečlivě schovávají a používají na domácí zavařování. Výhodou je, že obsahem skleničky je přesně odměřená porce pro jednu osobu a nezůstávají žádné zbytky. Skleničky se velice

snadno zavírají bez zavařovací hlavy a uzávěr vždycky dobře drží. Do těchto malých skleniček zavařují u Muriců marmelády, kečupy, ale také houby a některé ovoce. Potřebovali by prý, aby se víčka k těmto skleničkám dostala koupit na trhu, protože se časem opotřebují.

5. JAK VYUŽÍT OPOTŘEBOVANÁ VÍČKA OMNIA

vám poradí paní **Jarmila Davidová z Loučné nad Desnou**. „Můj nápad se zrodil v době, kdy bylo v obchodech málo víček Omnia. Ve stejné době se sice na trhu objevila víčka na sklenice o obsahu 0,7 l, která vydrží více zavařování a přichycují se „perkem“, ale na sklenice o obsahu 0,3 l se jaksi pozapomnělo a doposud se nevyrábějí. Takže přišlo na řadu ono české „udělej si sám“. Ne, nebojte se, žádná perka vyrábět nebudete. Vtip je v něčem jiném. Zásadou je nevyhazovat žádná, ani opotřebovaná víčka.

Zavařujeme obvyklým způsobem. Naplníme sklenice až po okraj, otřeme hrdlo a nasadíme do sucha otřené víčko. Pak přijde na řadu zavařovací hlava. Pokud se víčko neprotáčí, je vše v pořádku. V opačném případě dáme takovou sklenici stranou a nepoužijeme na ni již zmíněná „perka“, nýbrž na původní víčko (nesundávat!) nasadíme ještě jedno opotřebované víčko. Potom znovu použijeme zavařovací hlavu. Víčko, které bylo nasazeno jako první, se už potom neprotáčí a to druhé se buď uvolní samo hned, nebo drží také. V tomto případě jej necháme na sklenici a sklenici vložíme do zavařovacího hrnce. Po sterilaci a vychladnutí lze toto přídatné víčko lehce sejmut.

Tento způsob používám už třetí rok a při zavařování až tří stovek sklenic za sezónu se mi zatím nestalo, že bych se setkala s nezdařením.“

6. ZAVAŘOVÁNÍ BEZ PETOLU

„Mnohokrát jsem vám už chtěla psát, ale vždycky si říkám „nic nového pod sluncem“, a to co znám já, zná určitě někdo jiný. Ale přece jenom bych se vrátila k zavařování bez petolu. Všechno jste v Recep-

táři neřekli,“ píše **Hana Frydrýnová z Prahy-Řep**.

„Bez petolu jsem zavařovala už dlouhá léta. Naše výrobky nám totiž s petolem nechutnaly, cítili jsme i sebemenší množství. Zejména i sirupů to byl problém a tak jsem vyzkoušela vlastní postup:

Štávu nebo sirup připravíme obvyklým způsobem, na který jsme zvyklí. Sklenice dobře vymyjeme, vyvaříme. Do horkých lahví plníme vařící štávu nebo sirup. Naplníme úplně po okraj, takže sirup je zároveň s koncem hrdla láhve. Potom uzavřeme. (Používám láhve se šroubovým uzávěrem.) V láhvi není žádný vzduch. Horkem je obsah sklenic větší a když sirup vychladne, několik centimetrů chybí a v láhvi je podtlak. Takto zavařená štáva se mi nikdy nezkazila. Když už jednou láhev otevřeme, musíme ji samozřejmě uchovávat v ledničce.“

Marmelády bez petolu doporučuje **H. Frydrýnová** připravovat takto: Skleničky dobře vymyjeme a vyvaříme. Do horkých skleniček naléváme vroucí marmeládu, ihned do roviny naplněnou skleničku zavíčkujeme. Je možné obrátit ji víčkem dolů, ale není to nutné. Nutná je však naprostá čistota prostředí, sklenic i víček a co nejvyšší teplota při plnění.

7. STAČÍ TROCHU ALKOHOLU

Zajímavý recept na zavařování bez chemie nám poslala paní **Jana Malečková z Ústí**. Ta plní džemy, marmelády a rosoly do skleniček asi půl centimetru pod okraj. Sklenice musejí být dobře vymyté, horké a marmeláda a džem vařící. Zavařená víčka jsou také podmínkou. Potom si připraví zavařovací hlavu, trochu silného potravinářského lihu nebo jiného alkoholu a zápalky. Na víčko kápne několik kapek alkoholu, ten zapálí, víčko rychle obrátí a přiklopí skleničku. Ihned uzavře hlavou. Láh hoří tak dlouho, dokud nespotřebuje všechnen vzduch. Ve sklenici vzniká podtlak. Takto ošetřené marmelády, džemy a rosoly se nezkazí, ani když je pro jejich výrobu použito málo cukru. Kdo je labužník zvláště silný, tomu doporučuje autorka receptu, aby použil „odpovídající alkohol“, který dodá

zavařenině správné aróma. Tak třeba na švestková povidla a džem sliovicí, na meruňkový džem a marmeládu meruňkovicí . . .

8. ZAVAŘOVÁNÍ V KOTLI NA PRÁDLO

Pro rodinu **Hlaváčkových z Brna** je zavařovací hrncem prostě malý. Proto přemýšleli, čím by jej nahradili, aby v době největších zavařovacích orgií stihli všechno včas a s úsporami. Proto zkusili dva netradiční způsoby, které byste možná měli vyzkoušet.

Do kotle na dno položíme dřevěný rošt, zhotovený z latěk 2 × 2 cm. Na tento rošt se vejde 9 sklenic Omnia 720. Na něj se položí další rošt, na který se vejde 13 sklenic. Najednou tedy zavařujeme 22 sklenic. Pokud používáme sklenice Omnia o obsahu 370, vejde se na dno 14 sklenic a do dalších dvou řad po 18 sklenicích. Zavaříme tedy najednou 50 sklenic. Sklenice zalejeme teplou vodou, kotel přikryjeme poklicí, ve které je otvor k umístění teploměru.

9. ZAVAŘOVÁNÍ V PRAČCE

„Zavařování jsme postupně vylepšili v pračce WM-66 s elektrickým vytápěním a se zabudovaným teploměrem,“ píše dále paní **Emílie Hlaváčková**.

Po odstranění rotační vrtulky a krytu nad topným tělesem (což se běžně odnímá při čištění pračky) se opět na její dno umístí dřevěný rošt. Na něj se vejde 16 sklenic Omnia 720. Na ně se položí další rošt a opět 16 sklenic, takže najednou zavaříme 32 sklenic. Při použití sklenic Omnia 370 umístíme na rošty 2 × 25 sklenic. Můžeme také kombinovat obě velikosti, např. 16 sklenic 720 a 25 sklenic 370. Potom naplníme pračku teplou vodou a po zapojení topného tělesa jen sledujeme požadovanou teplotu na zabudovaném teploměru.

10. SROVNEJTE SI SAMI VÍČKA

tak, jak to dělá **ing. Karel Stibor z Brna**. Jeho nápad na renovaci použitých víček vznikl v době, kdy jich byl nedostatek. Protože si myslíme, že se hodí i nyní, když bude-

me všichni šetřit, uvádíme jej a přejeme všem kutilům, aby se jim práce podařila.

„Zhotovil jsem si dvoudílnou lisovnici, do které vkládám použité víčko, stisknu ve svěráku a mohu opět použít. Každé víčko takto využívám 3–4krát. Lisovnice musí být zhotovena tak, aby nepoužité víčko šlo do ní vsadit těsně (při soustružení napasovat). Životnost víčka je ovlivněna způsobem otvírání (neotvírejte korunou ani nožem). Rovněž zavírací hlava má vliv na životnost víček. Raději použijte kovovou!

11. JAK RYCHLE PLNIT SKLENICE

Už léta se paní V. Novákové z Pardubic osvědčuje plnění sklenic trychtýřem, uříznutým z láhve od octa. Hodí se na všechny druhy sklenic, litrové i půllitrové i ty nejmenší od dětských přesnídávek. Horký nálev prý nevádí, trychtýř vydrží. Ani spodek láhve od octa paní Nováková nevyhodí. Používá jej při sběru rybízů, angreštů, malin, divizny a jiných léčivků. Udělala do láhve dírky, jimi protáhla šňůrku a láhev si pověsí kolem krku. Tak má obě ruce volné pro práci. Osvědčuje se to hlavně při sběru angreštů, ostružin, malin a jiných plodů, kde je nutné si jednou rukou větvičku podržet.

12. JAK LEHCE ZAVÍRAT VÍČKA

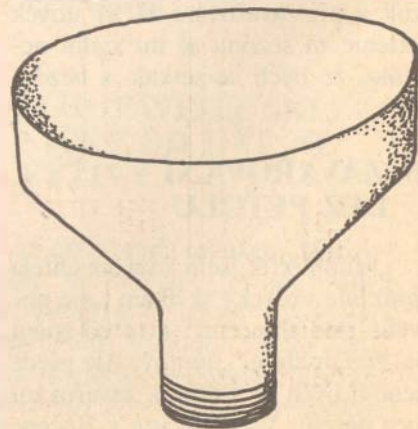
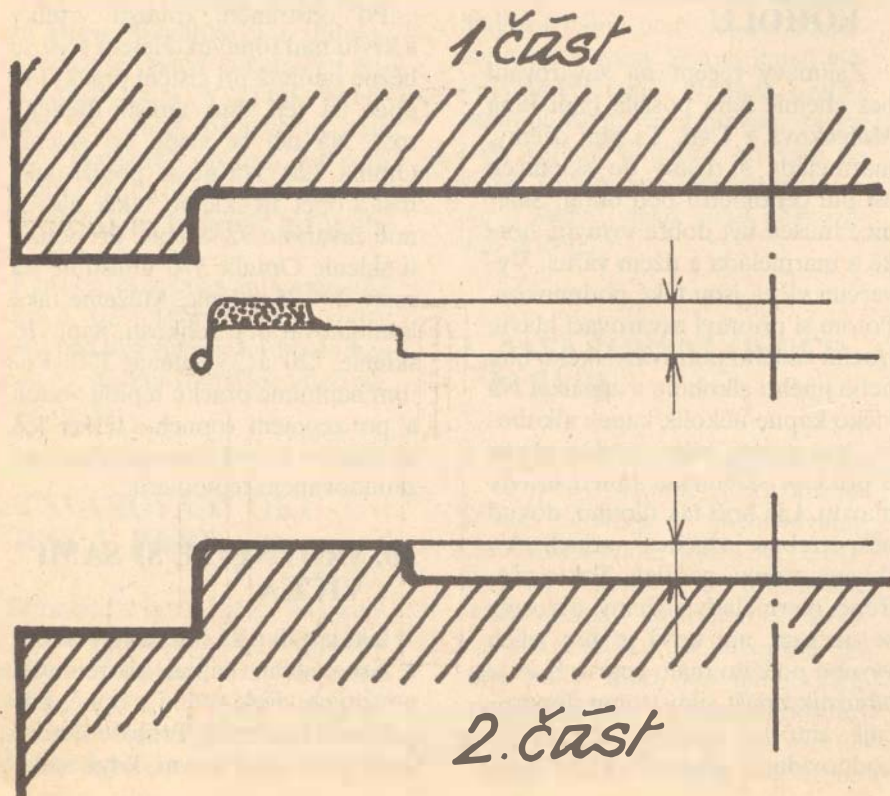
Pan Václav Havel z Chomutova přišel na svůj nápad ve chvíli, kdy se marně snažil sundat „zašprajcovanou“ hlavu ze zavařovací láhve. Přemýšlel, jak tento problém odstranit a současně zabránit odírání zavařovací hlavy, které je zejména při používání umělohmotné hlavy, dosti časté. Nakonec přišel na jednoduchý, leč účinný přípravek: na sklenici nasadí víčko, přes něj položí mikrotenový sáček a potom hlavou uzavře. Hlava se neodírá a zatáhnutím za sáček lze snadno hlavu ze zavřeného víčka sejmout.

13. ZAVARUJTE V HRNCI, ALE V PÁŘE

Po uveřejnění několika „zavařovacích“ nápadů v televizním Receptáři a v časopise Receptář na každý den se sešla spousta názorů a nápadů, které mají jedno společné: všichni pisatelé tvrdí, že léty jsme už zapomněli na to, k čemu zavařovací hrnec vlastně měl sloužit – totiž, že je to pařák a v něm se má zavařovat v páře! Je zcela zbytečné zalévat láhve v hrnci vodou, tu potom za cenu velkého množství spotřebované energie uvádět do varu, horkou vodu přečerpávat, kompoty složitě chladit. Stačí využít vlastností horké páry.

„Zdá se mě, že můj recept na zavařování je lepší, když nemusím ohřívat zbytečně mnoho vody a tu hadičkou někam přečerpávat. Zavařuji v páře tak, že do zavařovacího hrnce naliji vodu, aby dosahovala pod „rošt“, na kterém stojí sklenice. Zapnu plyn, postavím na něj hrnec a už můžu skládat sklenice. Dám po sedmi na sebe. Hrnec uzavřu a vsunu teploměr. Nechám rozehrát, až rtuť teploměru stoupne na 50 °C, ztlumím plyn a nechám asi 20 minut, aby se vytvořila pára. Po 20 minutách znovu přidám plyn a asi 4 minuty počkám, až teplota stoupne na potřebný stupeň (85–90 °C). Potom zase ztlumím a nechám potřebnou vodu (15–20 minut) zavařovat. Po této době ztlumím plyn na nejmenší, vyndám teploměr, odklopím víko a rukou v rukavici vyndávám sklenice na prkénko nebo na noviny, aniž by se nějaká voda čerpala. Sklenice se začínají zatahovat a to poznám podle toho, že sklenice „lupají“. Podívám se, zda ubyla v hrnci voda, pokud ano, znova doleju a postup se opakuje. Nikdy se mi nestalo, že by sklenice popraskaly,“ píše paní D. Ošlejšková z Plumlova.

Podobný názor má i pan Jaroslav Pýcha z Kostelce nad Labem, který píše: „Zavařovací hrnce se používaly už snad za císaře pána. Nejsou-li k dostání, šikovný klempíř nebo kutil je snadno zhotoví.“ Pan Pýcha zavařuje tak, že dává do hrnce asi polovinu vody. Na podlážku rovná sklenice. Po zavaření sejme víko, sklenice vytáhne najednou i s podlážkou a po mírném ochlazení je najednou sundá. Polovinu horké vody odebere a doleje studenou vodou (to proto, aby nová várka sklenic nepopraskala). Celý postup se opakuje. Jde to rychle, snadno a spotřeba vody je asi třetinová.



14. ZAVAŘOVÁNÍ V ELEKTRICKÉ TROUBĚ

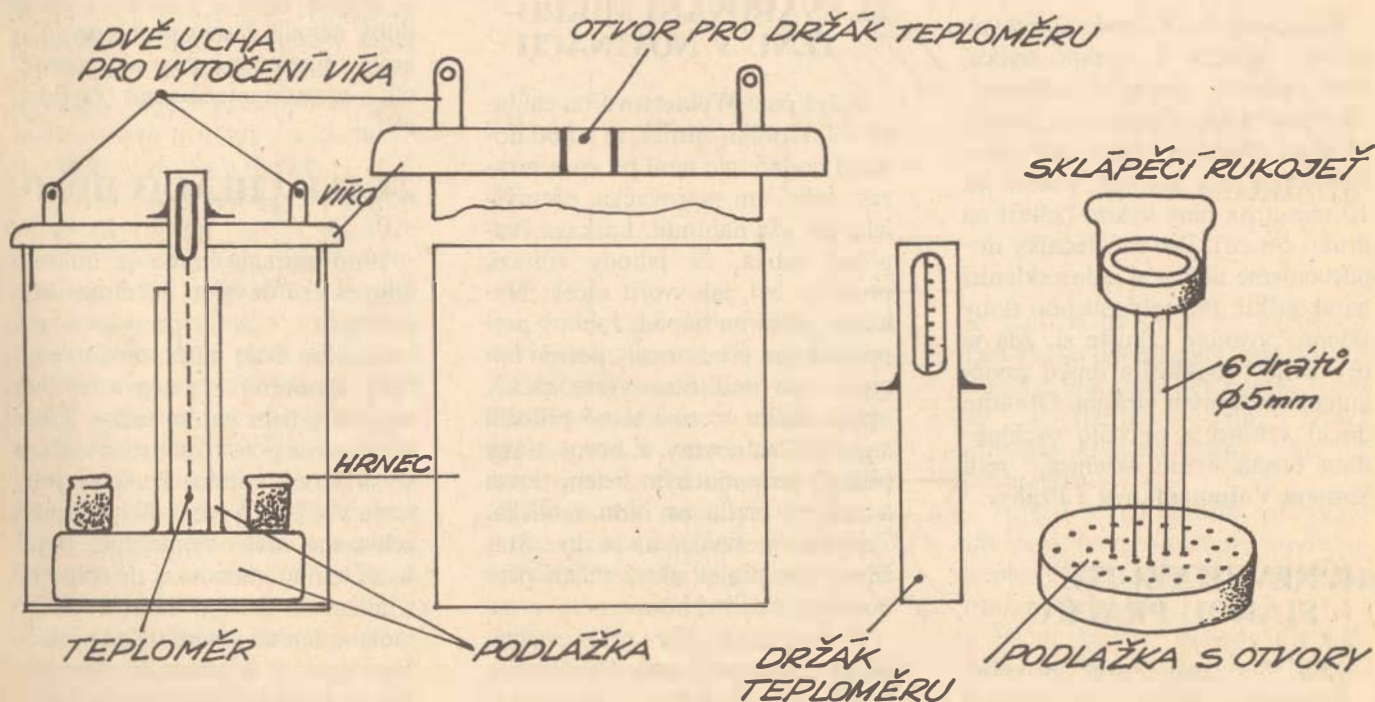
„Mám tři děti, málo času, malý byt a manžela vědeckého pracovníka,“ píše inženýrka Eva Koutná z Olomouce. „A tak jsem přemýšlela, jak zavařovat, když do sklepa v paneláku se zavařovací hrnec prostě nevejde. Až mě osvětlil nápad a od té doby se všem těm, kteří se vláčejí s hrncem po domě směju. Zavařuji v elektrické troubě. Připravím si sklenice běžným způsobem, podle receptů, které máme rádi. Potom dám do hlubokého plechu vložnou vodu, postavím jej na nejnižší mřížku, do plechu narovnáám zavíčkované sklenice a zapnu troubu. Nejprve na střední stupeň, potom asi 10 minut na nejvyšší a znovu na nejnižší. U kompotů, které chci mít tvrdé, troubu rovnou vypnu. Teplotu v troubě neměřím, poslouchám, jak sklenice lupkají a podle toho vím, že chytly. Počkám, až je možné plech povytáhnout, rukavicí vyndám sklenice na prkénko a nechám volně vychladit. Tento způsob se mi osvědčil u kompotů, hub, marmelád i masa. U masa a hub nechám sklenice 24 hodin stát a potom celý proces opakuji. Jde to jak na drátku, sklenice dobře drží a nikdy se nekazí,“ píše autorka.

15. ZAVAŘOVÁNÍ V PAPIŇÁKU

„Není to můj původní nápad, naučila jsem se to od kamarádky z Maďarska, která mi také darovala moji první „Kuktu“. Sklenice na zavařování si připravíme obvyklým způsobem. Potom dáme na dno papiňáku několik mincí (já dodnes používám maďarské fillery, které mi Etelka darovala), třeba desetihaléře. Stačí 5–6 kusů, službu by udělal i plíšek nebo alobal. Do hrnce dáme 2 dl (sklenice od hořčice) vody. Potom dáme do hrnce zavařovací láhve. Vejdou se buď tři velké 0,7 l Omnia nebo 5 malých 0,3 litru. Pokud zavařujete v lahvích od dětských přesnídávek, můžeme dát dvě vrstvy nad sebe. Přikryjeme opatrně pokličkou. Chce to trochu cviku, protože u velkých omniovek je prostor nad sklenicemi poměrně malý. Zapneme plyn pod litinovou plotýnkou a hrnec postavíme na plotýnku. Zahříváme tak dlouho, až poprvé „odsýkne“. Od té doby měříme čas. Pro měkké ovoce stačí vařit po odsýknutí 1–2 minuty, pro větší ovoce 3–5 minut, okurky vařím 5–7 minut, maso 20 minut, stejně jako houby. A pokud zavařuju například zelený hrášek nebo fazolky či květák ve slaném nálevu bez octa, vařím také 15 minut a



s úspěchem. Po uplynutí potřebné doby vypustím páru z hrnce (buď jej ochladím, nebo opatrně nadzvednu ventilek) a hrnec otevřu. Rukou v rukavici vyjmu sklenice a dám chladit na prkénko. Přileju trochu studené vody, dám další várku a pokračuju. Tento způsob mám ráda proto, že hrnec právě tak „stačí“ zavařit to, co naplním během zavařování do dalších sklenic. Postup je rychlý, čistý, bez problémů. U hub, masa a zeleniny sterilované ve slaném nálevu doporučuji po 24 hodinách postup opakovat, pro jistotu,“ uvádí **Melanie Horváthová, Bratislava**



16. ZAVAŘOVÁNÍ V MIKROVLNNÉ TROUBĚ

Koupili jsme si před dvěma lety mikrovlnnou troubu a od té doby v ní vyrábíme džemy, zavařujeme. Je to výhodné hlavně tehdy, když chcete zavařit jen malé množství, třeba zbytky husy od vánoc, nebo tu trošku jahod, kterou se vám podařilo uchránit ze zahrádky. Postup je jednoduchý a záleží jen na vás, jak si jej ještě upravíte.

17. DŽEM V MIKROVLNNÉ TROUBĚ

„Potřebujete hlubší misku z varného skla nebo ze sady nádobí pro mikrovlnnou troubu. Já používám varnou keramiku. Připravíte si ovoce, které zvážíte, rozmačkáte a přidáte potřebné množství cukru. Doporučuji dělat džemy po kilogramech. Například jahody rozmačkáte, přidáte cukr, promícháte dřevěnou vařečkou a vložíte do trouby. Zapnete nejprve na poloviční, potom na plný výkon. Ten stačí asi po dobu 5 minut. Potom džem vyjmete a vařící plníte do horkých, dobře vymytých skleniček. Plníte těsně pod víčko, ihned zavíčkujejte a obrátíte dnem vzhůru. Necháte vychladnout a vše je hotovo.

18. KOMPOTY V MIKROVLNNÉ TROUBĚ

Připravíte si do dobře vymytých sklenic očištěné a oprané ovoce, které zalejete obyklým nálevem. Otevřené sklenice potom vložíte do trouby a zapnete nejprve na poloviční výkon asi 5 minut, potom asi 10 minut na plný výkon (záleží na druhu ovoce). Pro začátečníky doporučujeme udělat si jednu sklenici na zkoušku. Po uplynutí této doby sklenici vyjmete (zkuste si, zda je ovoce dost měkké) a ihned zavíčkujejte vyvařeným víčkem. Obrátíte dnem vzhůru a necháte vychladnout obsah uvnitř sklenice,“ radí **Simona Votoupalíková z Prahy**.

19. NEVYHAZUJTE STAROU PRAČKU

radí vám pan **Pavel Novotný z Vimperka**. Bude se vám určitě

hodit při praní většího množství zeleniny, nebo třeba okurek. „Zeleninu zbavenou natě nasypeme doma do staré funkční pračky a necháme 10–15 minut prát. Vyndáme ji dokonale čistou a můžeme s ní hned dál pracovat. Klasické ruční čištění by trvalo celý den.“

20. SVAŘOVÁNÍ MIKROTLNU V ALOBALU

„V Receptáři jste ukazovali přípravek na svařování mikrotenových fólií. Je to praktická věc, ale někdy je problém sehnat vhodný materiál a takovou pomůcku vyrobit. Já používám už několik let daleko jednodušší způsob. Potřebuji jen žehličku a kousek alobalu. Ovoce nebo zeleninou naplněný sáček podložím v kraji proužkem alobalu, přehnu jej asi 1,5 cm přes okraj sáčku tak, aby byl sáček uprostřed alobalu. Pak lehce přežehlím ne příliš teplou žehličkou, po chvíli alobal odstráním a sáček je uzavřený. Jenom je třeba dát pozor, abyste žehličkou nepřiškvařili obal. No a alobal se může používat do roztrhání.

Tento způsob se mi osvědčil také při ukládání hub na delší dobu. Houby zatavené v mikrotenovém pytlíku nezvlhnou, stále „chrastí“, nenapadnou je moli a neztratí aroma,“ píše **O. Špátová z Liberce**.

21. SVAŘOVÁNÍ MIKROTLNU V NOVINÁCH

Když paní **Weinertová** na chalupě v J. Hrádku zjistila, že jahod dozrálo hodně, ale není po ruce mrazák, fólie, ani svařovačka, přemýšlela, jak vše nahradit. Laskavá švagrová slíbila, že jahody zmrazí, problém byl, jak svařit sáček. Nakonec přišli na nápad. Jahody nejprve trochu předmrazili, potom nasypali do mikrotenových sáčků, okraje sáčku k sobě těsně přiložili a položili na noviny. Z horní strany přikryli jednoduchým listem novin a pak už přišla na řadu žehlička. Teplotou nastavená na bavlnu. Stačilo lehce přejet okraj sáčku přes noviny a svar byl hotov.

Noviny posloužily i při převážení sáčků z chalupy domů. Vychlazené noviny, do kterých paní **Weinertová**

vá jahody zabalila, udržely sáčky zmrzlé a bez poškození celou cestu z chalupy do Prahy.

22. STAČÍ KANCELÁŘSKÉ SVORKY

Problém, co s mikrotenovým sáčkem v mrazničce po odebrání části obsahu, řeší někteří lidé kolíčky na prádlo, jiní používají samolepicí štítky, známe paní, která už řadu let s úspěchem používá vlastní systém gumiček, jiná uschovává „šlapky“ od punčoch, které dobře vypere a sáček do nich potom vloží a zaváže. To všechno prý mohou nahradit obyčejné kancelářské svorky (nemusí být ani kovové). „Sponky jsou pevné, dobře těsní a nezaberou místo,“ tvrdí autorka nápadu paní **B. Exlerová z Horního Benešova**.

23. KTERAK VYTĚSNIT VZDUCH

Z mikrotenových sáčků se při plnění, zejména tekutými potravinami, dá vytěsnit vzduch jen velmi obtížně. Proto paní **Hana Volavková z Prahy** přemýšlela, jak na to. Poradil jí manžel, středoškolský profesor fyziky. Ten naplnil dřež vodou, vzal sáček a opatrně je ponořoval do vody. Tlak vody vytěsňoval vzduch. Potom už stačilo „vyčihnout“ pravou chvíli a sáček co nejtěsněji zavázat tkaničkou. Prý to docela stačí a **Volavkovi** od té doby nemají žádné problémy. Takové zmrazování chce ale pomocníka, protože musíme mít „čtyři ruce“.

24. JAK CHLADIT JÍDLO

Před zmrazováním je důležité jídlo, které dáváme do mrazničky, vychladit. A protože má v ledničce málo místa, dělá to paní **Míla Konečná z Pacova** tak, že nejprve jídlem naplní sáčky, dobře je utěsní a potom položí do dřezu se studenou vodou. Podle potřeby vodu v dřezu vymění. Když je jídlo zchlazené, sáčky vyjme, otre, napíše zřetelnou jmenovku, dá společně s jídlem do dalšího mikrotenového sáčku a ten už jenom volně přeloží. V mrazničce si potom snadno přečte, co že to vlastně zmrazila.

25. SUŠÍME NA KOTLI ÚSTŘEDNÍHO TOPENÍ

Paní **Jana Oujezdská z Brna** má rodinný domek, velkou zahradu a manžela kutila. A protože jsou oba velmi šetrní, přemýšleli, jak by usušili ovoce ze zahrádky, aniž by spotřebovávali další energii. Nakonec pan Oujezdský vymyslel konstrukci z drátů a pletiva, kterou umístil nad kotel ústředního topení. Od té doby se u Oujezdských suší v kotelně a prý k všeobecné spokojenosti. Paní Jana postupně vyzkoušela sušit i netradiční ovoce a zeleninu. Posledním úspěchem jsou sušené cukety, které jsou prý k nerozeznání od kandovaného ovoce.

26. SUŠÁRNA Z CHLADNIČKY

Návod na ni nám poslal **Jiří Průša z Mostu**, který využil chladničku, jejíž stěny jsou ještě z hliníkového plechu. Na balkóně má teď výkonnou sušárnu ovoce. Jak to udělal?

Nejprve odstranil veškeré součástky chladicího zařízení. Vnitřní prostor chladničky rozdělil na výšku asi po 5 cm a na boční strany přišrouboval dřevěné držáky. Na ně zasouvá rámečky ze slabých latěk, potažené kovovou sítí, takovou, jaká se používá do oken proti mouchám. Rámečky musejí sahat od zadní až k přední stěně dveří, aby teplý vzduch prostupoval sušeným ovocem a neprocházel mezerou mezi rámečky a dveřmi.

V zadní stěně, hned pod stropem chladničky, vyřízl po celé její šířce otvor o výšce 5–7 cm. Tímto otvorem prochází teplý vlhký vzduch. V podlaze chladničky vyřízl dva kruhové otvory a pod ně umístil dva starší stolní ventilátory. Nad každý připevnil topnou spirálu na keramické trubičce. Výkon spirály přizpůsobil velikosti sušárny a výkonu ventilátorů: konkrétně pan Průša použil ledničku o obsahu 150 litrů a spirály o výkonu 2 × 800 W.

Spodní rámeček musí být konstruován tak, aby tvořil bezpečnou ochranu proti doteku ruky se spirá-



lou a aby také zabráňoval padání nakrájeného ovoce na ventilátory. Na spodní straně čelní stěny jsou umístěny vypínače na ovládání topných spirál a ventilátorů. Topné spirály je možné zapnout jedině tehdy, jsou-li zapnuty ventilátory, proto i konstrukčně je vypínač upraven tak, aby jej nebylo možné zapnout, pokud ventilátory neprotáčejí.

Teplota uvnitř sušárny pana Průši dosahuje asi 40 °C a za jeden den

se v ní dá usušit až 15 kg ovoce. Pan Průša doporučuje sušit třešně, švestky, meruňky bez pecek, švestky a meruňky půlí. Jablka a hrušky krájí na plátky silné 0,5 centimetru.

A ještě jedna důležitá informace závěrem: na tuto sušárnu spotřebuje pan Průša asi 26 kWh na bednu usušených jablek.

Všem, kteří si sušárnu z chladničky udělají, radíme: Pozor na bezpečnost!

27. SLUNEČNÍ SUŠIČKA

Divák Receptáře a spolupracovník tohoto televizního pořadu J. Kleczek uvádí, že sluneční sušárna má mnoho předností. Především – energie na její provoz je zadarmo a neznečišťuje ovzduší. J. Kleczek nám poslal návod na sušičky tohoto typu:

„Základem sluneční sušičky je tzv. ohřívač vzduchu. Zde bych popsal pro názor osvědčený australský ohřívač, ale můžeme zvolit i jinou konstrukci. Černý zvlněný plech je umístěn pod sklem. Černá barva pohlcuje veškeré sluneční záření a mění je v teplo plechu. Barva musí být nelesklá, aby neodrážela. Zvlněný je plech proto, aby se nejvíce stýkal se vzduchem; přenos tepla z plechu do vzduchu je účinnější na větší ploše. Ohřívač je skloněn (asi 50 stupňů u nás) a otočen k jihu, takže v poledne do něho dopadají sluneční paprsky přibližně kolmo. Vzduch se zahřívá od vyhřátého plechu, je lehčí a také suší. Stoupá samotíží nahoru. Širokou trubicí je horký suchý

vzduch veden do sušící komory, to je do uzavřeného prostoru, v němž jsou rozprostřeny na lískách nebo zavěšeny sušené rostliny. Velikost sušící komory bude záviset na tom, co chceme sušit (od několika decimetrů do několika metrů): na šípky, křížalky, léčivé rostliny postačí komora malá, kdežto na sušení vojtešky je třeba značně větší prostor. Nesmíme však zapomenout, že pro vyhřívání velké komory bude třeba větší počet ohřívačů vzduchu.

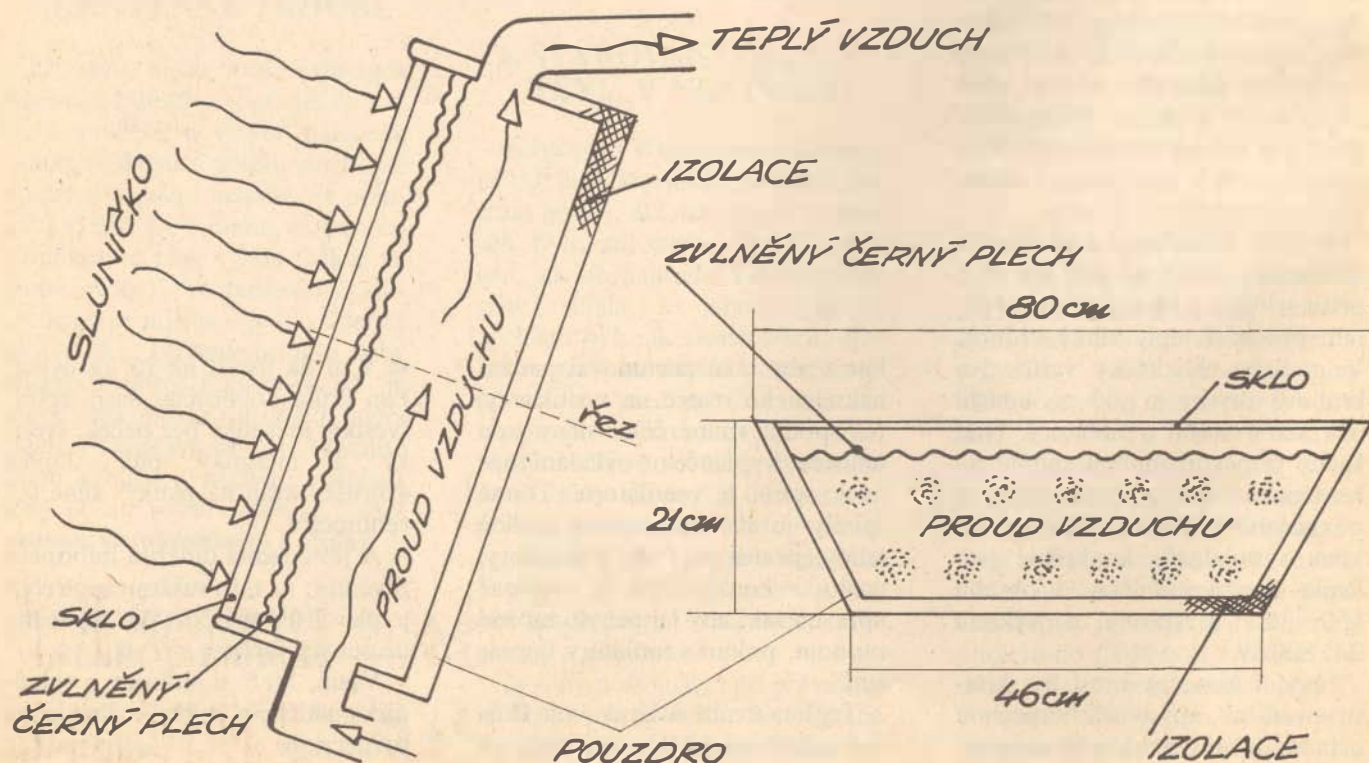
Sušička je buď otevřená nebo uzavřená. Ta otevřená je jednodušší. Nasává otvory ve spodku ohřívačů vzduch z venku, zahřívá ho a vysouší, vzduch stoupá nahoru do sušící komory, tam nabírá vlhkost ze sušeného produktu a po projití komorou vychází vlhký vzduch ven. Tato otevřená sušička pracuje dobře za pěkného slunečního počasí.“

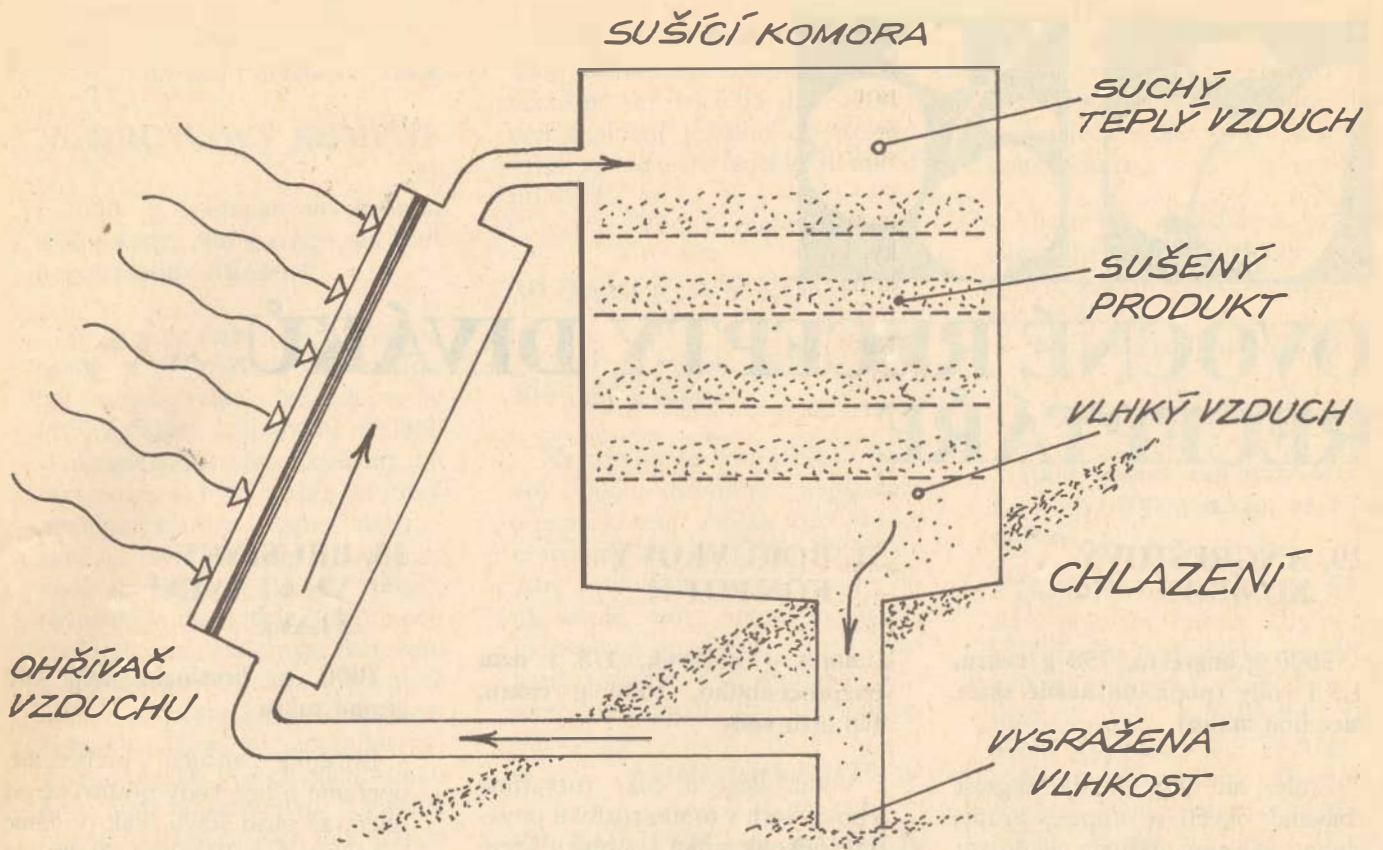
28. UZAVŘENÁ SLUNEČNÍ SUŠIČKA

„Uzavřená sušička je náročnější,“ uvádí J. Kleczek. Zato ale pra-

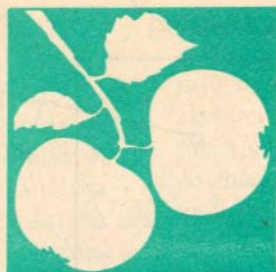
cuje za každého počasí. Cirkuluje v ní stále tentýž vzduch. Vzduch ohřátý v ohřívači proudí do sušící komory, nabírá vlhkost ze sušeného produktu, při tom se ochlazuje a klesá dolů. Ke dnu sušící komory přitéká chladný vlhký vzduch. Jestliže ho ještě nějak ochladíme, vysráží se vlhkost a jako kapalná voda opouští sušičku. Chladný vzduch je pak v ohřívači zahříván, jak (relativní) vlhkost při tom klesá; při vstupu do komory může znovu odebírat vlhkost sušené rostlině. Tento systém je uzavřený a může pracovat i za nepříznivého počasí (i když s menší účinností než za slunečného dne).

Slunečních sušiček je mnoho druhů. Jejich princip však vyplývá z hořejšího výkladu. U nás je mnoho přemýšlivých a nápaditých hlav i šikovných rukou a já se opravdu těším na to, jakým způsobem budou využívat čistou, vsudypřítomnou, věčnou sluneční energii, která je a bude zadarmo nejen k sušení, ale vůbec všude, kde je potřeba energie v jakékoliv formě.“





 **RECEPTY
Z RECEPTÁŘE**



OVOCNÉ RECEPTY DIVÁKŮ RECEPTÁŘE

29. ANGREŠTOVÝ KOMPOT

5000 g angreštu, 750 g cukru, 1,5 l vody (popř. do každé sklenice hrst malin)

Zralý, ale ještě tvrdý angrešt zbavíme okvěti a stopek, propíchneme, zalijeme vlažným cukerným roztokem a pomalu zahříváme, až bledne a ztrácí barvu. Pak angrešt odcedíme a zchladíme ve studené vodě. Odkapaný angrešt narovnáme do sklenic, zalijeme prochlazeným cukerným roztokem, ve kterém jsme jej spařovali a sterilujeme 20 minut při 85 °C. „V naší rodině tento kompot nešel dlouho na odbyt. Protože mi bylo líto nevyužitě úrody, vylepšila jsem tento kompot přidáním hrsti malin do každé sklenice těsně před sterilováním. Zkuste to a uvidíte, že to zachutná i vaši rodině,“ sděluje autorka receptu

Hana Koudelková
z Moravské Třebové

30. BORŮVKOVÝ KOMPOT

1000 g borůvek, 100–300 gramů cukru

Borůvky zbavíme nečistot, sypané do sklenic, prosypáváme cukrem, střešujeme. Potom sklenice zavíčkujeme a pak sterilujeme 20 minut při 80 °C.

Jana Mašková, Dačice

31. BORŮVKOVÝ KOMPOT II

4000 g borůvek, 1/8 l octa čtyřprocentního, 1000 g cukru, 1/8 litru vody

Vodu, ocet a cukr rozvaříme a po částech v tomto roztoku povaříme několik minut i borůvky, které dáváme do sklenic Omnia. Šťávu ještě trochu zahustíme, pěnu sebereme a horkou šťávu nalijeme na ovoce. Zavíčkujeme a obrátíme dnem vzhůru. Nesterilujeme.

Jana Mašková, Dačice

32. BROSKVOVÝ KOMPOT

2000 g broskví, 550 g cukru, 1 l vody

Na kompot bereme ovoce ne zcela zralé, aby se dalo loupat. Spařujeme v cukerném roztoku – 400 gramů cukru na 1 litr vody. Ve vařícím cukerném roztoku je ponecháme asi 2 minuty a zkoušíme, dají-li se loupat. Oloupané nebo rozpůlené broskve skládáme do sklenic a zaléváme je cukerným roztokem, ve kterém jsme je spařovali. Ke kompotu přidáme několik jader pro vůni. Sterilujeme buď hned, nebo až druhý den. Necháme-li broskve proslazovat do druhého dne, je tužší a má poloprůsvitný vzhled. Broskve můžeme zavařit se slupkou, která dodá jemné nahořklé chuti a teprve při podávání lehce slupku stáhneme. Sterilujeme 20 minut při 85 °C. „Tento kompot patří v naší rodině k nejoblíbenějším,“ píše

Zdena Dvořáková, Litoměřice

33. BRUSINKY VE VLASTNÍ ŠŤÁVĚ

1000 g brusinek, 300–400 gramů cukru

Brusinky zhruba přebereme, opereme a bez vody postavíme na oheň, až pustí šťávu. Pak přidáme cukr a vaříme 10 minut. Plníme do horka do sklenic, zavíčkujeme, obrátíme dnem vzhůru – nesterilujeme. Můžeme přidat kousek celé skořice.

Dana Kohoutková, Tábor

34. BRUSINKOVÝ KOMPOT

1000 g brusinek, 300–450 gramů cukru, 1/4 l vody

Cukr s vodou svaříme na slabou nit, opraené brusinky do něj vhodíme povařit na 7–10 minut, pak přecedíme. Šťávu vaříme samotnou, až rosoluje, pak ji nalijeme na brusinky, sklenice zavíčkujeme a bez sterilace obrátíme dnem vzhůru.

Dana Kohoutková, Tábor

35. BRUSINKOVÝ KOMPOT S MALOU DÁVKOU CUKRU

1000 g brusinek, 100–200 gramů cukru

Brusinky prosypané cukrem zahříváme, až pustí šťávu, pak přecedíme a šťávu ještě zahustíme, až rosoluje. Brusinky necháme ve šťávě ještě přejít varem a dáme do sklenic. Zavíčkujeme a obrátíme dnem vzhůru. „Před podáváním je mů-

žeme přisladit a zředit vodou nebo vínem," radí autorka receptu

Jarmila Potůčková, Písek

36. HRUŠKOVÝ KOMPOT

2000 g oloupaných hrušek, 0,75 l vody, 300 g cukru, na hrot nože kyseliny citrónové

Používáme vždy hrušek jednoho druhu, tvrdých. Plody však nemusí být stejně velké. Než začneme hrušky loupat, připravíme nádobu s okyselenou vodou (kyseliny na hrot nože na 1 litr vody), do které oloupané hrušky házíme, aby nezhnědly. Tvrdé hrušky v okyselené vodě povaříme. Jsou-li zralější, rovnáme je do sklenic bez předvaření, zaléváme cukerným roztokem a sterilujeme 30 minut při teplotě 80 °C. „Chceme-li mít kompot ozdobnější, důlek od jaderníku vyplníme půlkou vyškrábaného šípku nebo šípkem zavařeným z loňska. Nebo můžeme hrušky zalít šťávou z brusinek a obarvit je na červeno.“ Tuto zajímavou radu nám napsala

Klárka Zachová z Nového Jičína

37. JAHODOVÝ KOMPOT

2000 g jahod, 1/4 l vody, 850 g cukru

Na kompot vybíráme raději jahody menší, pěkně vybarvené, neznečištěné, aby se nemusely prát. Cukr s jahodou rozvaříme a házíme do něho po částech jahody zbavené stopek a zahříváme až do varu. Pak odtáhneme, opatrně vybereme jahody do porcelánové mísy, abychom je ochladili. Potom je zalijeme zchladlým cukerným roztokem. Druhý den opatrně srovnáme do sklenic a sterilujeme 20 minut při 80 °C. „Takto zavařené jahody zůstanou ponořeny a nevyplavou," uvádí ve svém receptu

Pavla Kostecká, Znojmo

38. JEŘABINOVÝ KOMPOT

5000 g jeřabin, 1 l vody, 600 g cukru

Zralé až přezralé plody jeřábu otrháme se střípin, vypereme

a spaříme je krátce ve vodě. Ihned je zchladíme a vložíme do studeného cukerného roztoku, kde je necháme do druhého dne. Druhý den naplníme jeřabiny do sklenic, zavíčkujeme a sterilujeme 30 minut při 85 °C.

Věra Beránková, Pacov

39. JABLKOVÝ KOMPOT

2000 g jablek, 3/4 l vody, 200–250 g cukru

Na kompot se hodí jablka s jemnou bílou dužninou, nepřezralá a nepoškozená. Jablka rozčtvrtíme, oloupáme a vykrájíme jadřinec. Aby nezhnědla, namočíme je do okyselené vody, potom vyndáme, narovnáme do sklenic, ihned zalejeme cukerným roztokem, zavíčkujeme a sterilujeme 20–30 minut při 80 °C.

Věra Šafránková, Třebíč

40. KOMPOT Z JABLEK A ŠVESTEK

3000 g ovoce, 1 litr vody, 200–300 g cukru

Švestky propícháme nerez vidličkou nebo nožem a dáme do teplého cukerného roztoku zahřát, ale ne vařit. Pak švestky scedíme a ochladíme ve studené vodě. Jablka oloupáme, pokrájíme na čtvrtky a zahřejeme stejně jako švestky. Ochlazené ovoce zalijeme studeným cukerným roztokem a necháme zatížené do druhého dne. Druhý den narovnáme ovoce do sklenic, zalijeme a sterilujeme 30 minut při 80 °C. „Pokud nám nezáleží na bezvadném vzhledu kompotu, pak vynecháme předvaření ovoce a hned rovnáme do sklenic," radí

Josefa Trnková, Tábor

41. MERUŇKOVÝ KOMPOT

3000 g meruňek, 1 l vody, 400–500 g cukru

Rozpůlené, dobře omyté meruňky naskládáme do sklenic, zalijeme cukerným roztokem a sterilujeme 25 minut při 80 °C.

Josefa Trnková, Tábor

42. MIRABELKOVÝ KOMPOT

2000 g mirabelek (drobné žluté peckovice), 1 litr vody, 300–350 gramů cukru

Mirabelky napícháme, naskládáme do sklenic, zalijeme cukerným roztokem a sterilujeme 20 minut při 80 °C.

Josefa Trnková z Tábora

43. OŘECHOVÝ KOMPOT

1000 gramů zelených ořechů, 1 l vody, 800 g cukru, hřebíček, skořice

Nedozrálé zelené ořechy, trhané asi v polovině června, kdy nemají ještě vyvinuté skořápky a jádro je mléčné, propícháme a dáme do studené vody na 10 dní. Vodu denně vyměňujeme. Potom je v čisté vodě uvaříme do měkka, scedíme a zalijeme cukerným roztokem. Druhý den cukr slijeme, povaříme až zhoustne a opět na ořechy nalijeme. Třetí den vše zopakujeme, ale ořechy srovnáme do sklenic, zalijeme zahuštěným cukerným roztokem, přidáme kousek celé skořice, několik hřebíčků a sterilujeme 20 minut při 90 °C. „Tuto pochoutku u nás používáme hlavně na ozdobu cukrovinek," napsala nám

Růžena Pobíhalová z Teplic

44. KOMPOT ZE ZELENÝCH RAJČAT

1000 g rajčat, 1 l vody, 600 gramů cukru, 2 citróny, 1 lžíce rumu nebo několik hřebíčků

Zelená rajská jablíčka omyjeme a pokrájíme na kolečka. Vložíme do studené vody a povaříme. Zchladíme studenou vodou a vhodíme do vařícího cukerného roztoku, kde je chvíli necháme povařit a potom je v něm necháme do druhého dne. Druhý den cukr slijeme, přidáme dalších 300 g cukru, povaříme, vhodíme do něho rajčata a jeden až dva citróny pokrájené na plátky i s kůrou, ale bez jader. Pro vůni můžeme přidat několik hřebíčků a do studeného lžici rumu. Naskládáme do sklenic a povážíme celofánem. Není třeba sterilovat.

Olga Vítámvášová, Kralupy

45. RYBÍZOVÝ KOMPOT

1000 g rybízu, 700 g cukru

Očištěný rybíz opatrně promícháme s cukrem. Sklenice naplníme za stálého setřásání rybízu až po okraj, sklenice uzavřeme a sterilujeme 30 minut při 80 °C.

Karel Dvořák, Sušice

46. ŠÍPKOVÝ KOMPOT

500 g šípků, 0,5 l vody, 300 g cukru

Tvrdé červené šípky rozpůlíme a vyškrábeme. Svaříme cukr s vodou a v tomto vařicím roztoku povaříme vyčištěné šípky 3–4 minuty. Necháme je v roztoku do druhého dne, pak přecedíme, šípky narovnáme do sklenic, cukr převaríme, nalijeme na šípky, sklenice zavíčujeme a sterilujeme 15 minut při 75 °C. „Zavařené šípky jsou výborné ke zdobení cukroví,“ píše

Kamila Vejmelková z Olomouce

47. ŠVESTKY VE VLASTNÍ ŠTÁVĚ

Omyté švestky naskládáme velmi těsně (celé nebo na půlky krájené) do sklenic (půlené skládáme řezem dolů) až po okraj. Zavíčujeme a sterilujeme 20–30 minut při 80 °C. „Takto zavařené švestky používáme do knedlíků, buchet a na koláče,“ svěruje se autorka receptu

Nad'a Špendlíčková z Opavy

48. TŘEŠŇOVÝ KOMPOT

3000 g třešní, 1 litr vody, 350 g cukru

Omyté třešně naskládáme do sklenic a zalijeme studeným cukerným roztokem. Protože třešně pustí dosti šťávy, zaléváme sklenice pouze do 3/4. Zavíčujeme a sterilujeme 30 minut při 80 °C.

Hana Kohoutková, Zlín

49. DÝŇOVÝ KOMPOT S ANANASOVOU ŠTÁVOU

Dýni omyjeme, rozkrojíme, vyjmeme měkkou dužinu s jádřincem a oloupeme. Zbylou dužinu nakrájíme na plátky asi 1 cm silné. Kulatou formičkou vykrájíme kolečka i středy (jako ananas). V kastrole svaříme vodu s cukrem (na 1 litr vody 400 g prískového cukru) a vkládáme po částech kolečka. Necháme je 3 minuty povářit, opatrně je vyjmeme a skládáme do sklenic. Nález zředíme ananasovou šťávou, nalijeme na dýni, sklenice zavíčujeme a sterilujeme 25 minut při 85 °C. Nálezu nepřipravujeme mnoho, aby nezbyl. Ředíme jej ananasovou šťávou asi 1 : 3. Odkrojky z koleček nakrájíme a zavaříme stejným způsobem.

Zdena Šméalová, Kojetín



DŽUSY, OVOCNÉ ŠTÁVY, SIRUPY

50. DŽUS Z POMERANČŮ A MRKVE

2 pomeranče dobře omyjeme, nakrájíme na kostky i s kůrou, přidáme 1/2 kg očištěné na kolečka nakrájené mrkve, zalijeme 2 l vody a vaříme 1 hodinu v papiňáku. Necháme vychladit, potom rozmixujeme. Mezitím svaříme 9 l vody, 1 kg prískového cukru a 50 g kyseliny citrónové. Rozmixovanou směs slijeme, zamícháme a slijeme do lahví. „Můžeme přecedit, aby byl džus čirý, ale není to nutné,“ radí nám autorka receptu

Milena Vondrová z Němčic

51. CITRÓNOVÝ SIRUP

1 kg oloupaných citrónů, 3 kg krystalového cukru, 70 g kyseliny citrónové, 2 litry vody

Citróny rozkrájíme na kostičky, přidáme ostatní suroviny a vodu a za občasného míchání louhujeme 24 hodin tak, aby se cukr dokonale rozpustil. Druhý den směs rozmixujeme a přecedíme. „Slejeme do lahví a užíváme hlavně v zimě, kdy hrozí chřipková onemocnění,“ píše autorka receptu

Jana Peterová z Liberce 30

52. POMERANČOVÝ DŽUS

0,5 kg pomerančů, 35 g kyseliny citrónové, 1 l vody, 1000 g cukru a ještě 8 l vody

Pomeranče dobře opereme v octové vodě, pokrájíme i s kůrou, přidáme kyselinu citrónovou a 1 l vody a necháme stát 48 hodin. Potom vaříme čtvrt hodiny, necháme vychladnout a rozmixujeme. Přidáme 8 l vody, 1000 g cukru, směs převaríme a vychladlé slijeme do sklenic.

Vlasta Šefránková, Nový Dvůr

53. CITRÓNOVÁ ŠŤÁVA

1 l vody, 1250 g cukru, 3 citróny, 40 g kyseliny citrónové

Vodu, cukr svaříme a necháme vychladit. Přidáme citrónovou kůru ze tří citrónů (citróny dobře omyjeme v octové vodě), šťávu z jednoho citrónu, 40 g kyseliny citrónové a necháme 24 hodin louhovat. Potom slejeme do lahví.

Vlasta Šefránková, Nový Dvůr

54. DŽUS Z POMERANČŮ A MRKVE

2 ks pomerančů, 400 g mrkve, 200 g cukru, 1 citrónový džus nebo 50 g kyseliny citrónové, 9 l vody, 1 sklenice karotely

Pomeranče dobře omyté v octové vodě rozkrájíme, přidáme nakrájenou mrkev a cukr a spolu se 3 litry vody vaříme 1 hodinu. Uvařené rozmixujeme, přidáme citrónový džus nebo kyselinu citrónovou a 1 sklenici karotely. Převaříme 6 l vody a vše potom vlažné smícháme dohromady. Pít můžeme ihned.

Vlasta Šefránková, Nový Dvůr

55. DŽUS

5 l vody, 300 g cukru, $\frac{1}{3}$ kyseliny citrónové svaříme a po vychladnutí nalijeme pomerančový Sunguick koncentrát, smícháme a lejeme do lahví.

Vlasta Šefránková, Nový Dvůr

56. LIMONÁDA Z KVĚTU ČERNÉHO BEZU

Do pětilitrové láhve dáme 5 květů černého bezu, půl kila krystalového cukru, na kolečka nakrájený citrón a zalijeme vodou. Zakryjeme celofánem a necháme týden ustát. Každý den sklenicí trochu zakvedláme. Po týdnu nápoj sceďíme do lahví, zazátkujeme a převážeme přes zátku drátkem, nebo použijeme láhve se šroubovacím uzávěrem. Láhve dáme asi na týden do chladného sklepa a pak už konzumujeme.

Alois Assinger, Sokolov

57. ŠŤÁVA Z BEZINEK VAŘENÁ

Na 1 litr šťávy 2 l vody, 20 g kyseliny citrónové, kousek celé vanilky a skořice, několik hřebíčků, 700 g pískového cukru

Oprané bezinky otrháme od střípin, prolisujeme na strojku na ovoce do neoprýskané, smaltované nebo nerezové nádoby, přilijeme vodu, přidáme kyselinu citrónovou a koření a zvolna vaříme 10 minut. Přidáme po částech cukr a znovu 10 minut povaříme. Vyjmeme koření, horkou šťávu naplníme do čistých, nahřátých lahví, ihned zazátkujeme nebo sklenice zavíčkuje. Sklenice opatříme štítky a uložíme v chladu a temnu. Šťávu používáme na přibarvování a ochucování méně výrazných kompotů z jablek, hrušek, dýně a podobně.

Miroslava Rivalská, Bratislava

58. MALINOVÁ ŠŤÁVA KVAŠENÁ

Na zkvašení 1 kg malin 50–100 g cukru, na 1 l čisté šťávy; 1,5–2 kg cukru

Zralé maliny dáme do čisté vysoké kameninové nebo skleněné nádoby, rozmačkáme je a přidáme trochu cukru, aby lépe kvasily a aby se šťáva lépe vyloužila. Maliny dobře zakryjeme a dáme na 3–4 dny do studena. Přitom několikrát denně malinami zamícháme. Vykvašené maliny necháme prokapat filtrem. Čistou šťávu změříme, dáme do kastrolu, rychle svaříme a sbíráme pěnu. Pak přidáme cukr a když se rozpustí, je sirup hotov. Pokud se nám zdá, že má šťáva nevýraznou chuť, můžeme přidat trochu kyseliny citrónové. „Vyzkoušela jsem už hodně receptů na malinovou šťávu, které měly ušetřit práci, ale není nad tento, který dělávaly naše babičky,“ hodnotí

Naďa Brychlová
z Karlových Varů

59. JABLEČNÝ MOŠT POMOCÍ ODSŤŘEDIVKY NA PRÁDLO

„Chtěl bych vám zaslat námět, který již několik let využívám. Je to použití odstředivky na prádlo k získání jablečného moštu.

Po rozdrčení jablek vložíme do odstředivky plachetku, naplníme jablečnou drtí a spustíme. Získaný mošt se zpracuje obvyklým způsobem. Není nutné někam jezdit, čekat ve frontách, nebo si kupovat lis,“ doporučuje

Stanislav Král z Ostravy-Polanky





DŽEMY, MARMELÁDY, POVIDLA

60. ANGREŠTOVÝ DŽEM

1000 g angreštu, 600 g cukru

Obě suroviny rozdělíme na poloviny. Polovinu angreštu umeleme na masovém strojku a rozvaříme s polovinou cukru. Druhou polovinu angreštu, buď vcelku nebo rozpuštěného, vaříme s další částí cukru tak dlouho, až rosoluje. Potom vše smícháme, naplníme do sklenic, zavíčkuje, obrátíme dnem vzhůru až do vychladnutí.

Anděla Kovářová, Rokycany

61. BROSKVOVÝ DŽEM

1000 g broskví (odpeckovaných), 500 g cukru, popř. 0,25 l šťávy z rybízů

Broskve pokrájíme na kousky (můžeme použít broskve oloupané nebo i se slupkou), prosypeme pískovým cukrem a necháme je stát do druhého dne. Potom scedíme puštěnou šťávu, přidáme šťávu rybízovou a vaříme tak dlouho, až se obsah zmenší asi o jednu třetinu. Pak přidáme rozkrájené broskve a vaříme, až rosolují. Potom ihned naplníme do sklenic, zavíčkuje a obrátíme dnem vzhůru.

Anděla Kovářová, Rokycany

62. JAHODOVÝ DŽEM

700 g jahod, 300 g rybízové měli, 850 g cukru

Drobnější tuhé jahody zalijeme v porcelánové nádobě rybízovou měli a zasypeme cukrem. Necháme do druhého dne, aby se cukr rozpustil. Tuto směs druhý den povaříme, jahody vybereme a šťávu vaříme dál. Přitom sbíráme pěnu

a vaříme tak dlouho, až šťáva rosolovatí. Pak opět do této směsi vložíme jahody a necháme jen krátce přejít varem. Necháme mírně vychladit a naléváme do sklenic, které zavíčkuje.

Hana Nováková, Pelhřimov

63. POMERANČOVÝ DŽEM S MERUŇKAMI

250 g sušených meruňek, 750 g cukru, 6 velkých pomerančů

Meruňky nakrájíme na proužky, dáme do porcelánové nádoby, zalijeme vodou, aby byly celé zatopené a zasypeme pískovým cukrem. Necháme stát 24 hodin. Druhý den je přendáme do kastrolu, přidáme pokrájené pomeranče bez jader (můžeme přidat i část pokrájené kůry, omyté v octové vodě) a vaříme asi 30 minut. Potom ihned plníme skleničky, která zavíčkuje.

Jana Procházková, Praha 4

64. ANGREŠTOVÁ MARMELÁDA

1000 g angreštu, 400 g cukru

Angrešt rozvaříme a prolisujeme. Komu nevdá zrníčka, může prolisování vynechat. Cukr přidáme, až je angrešt dostatečně rozvařen a vaříme tak dlouho, až rosoluje.

Petra Šípková, Nový Jičín

65. BORŮVKOVÁ MARMELÁDA A POVIDLA

1000 g borůvek, 200–250 g cukru

Borůvky dáme rozvařit, vaříme tak dlouho, až se objem zmenší asi

na polovinu, u povidel ještě o něco více, přidáme cukr, opět povaříme. Správnou hustotu zjistíme, když kapka borůvek na studeném talíři se neroztéká. Potom nalejeme do sklenic a buď zavíčkuje, nebo převážeme celofánem. „Borůvková povidla do husta uvařená není třeba vůbec sladit,“ radí

**Jindřiška Šafaříková
z Českých Budějovic**

66. HRUŠKOVÁ POVIDLA

Oloupané plody zbavíme jadřinců, umeleme na masovém strojku a vaříme tak dlouho, až se nám za vařečkou dělá cestička. Pak přidáme 50–100 g na 1 kg měli a dovaříme. „Protože tato povidla mají sklon k plesnivění, je dobré je dát zaschnout do trouby, aby se na nich utvořil škraloup a potom teprve povážeme celofánem, nebo zavíčkuje,“ předává svou zkušenost

Jaroslava Zelená z Chomutova

67. JABLKOVÁ POVIDLA

3000 g jalbek, 1500 g cukru, 1/8 l octa

Oloupeme jablka, umeleme, smícháme s octem a s cukrem a necháme je několik hodin stát. Potom je svařujeme v širokém hrnci, dokud nezhoustnou.

Jaroslava Zelená, Chomutov

68. POVIDLA Z JABLEK A OSTRUŽIN

Libovolné množství jablek oloupeme a pokrájíme, rozvaříme s ostružinami a vaříme do zhoustnutí.

Nakonec přidáme podle chuti cukr, krátce povaříme a naléváme do sklenic. Tato povidla jsou velice pikantní, píše

Adéla Šimůnková,
Dvůr Králové

69. JEŘABINOVÁ MARMELÁDA

Jeřabiny, které byly spálené prvním mrazíkem, otrháme ze střípin, dobře omyjeme a rozvaříme s trochou vody. Potom prolisujeme nebo umeleme na mlýnku na ovoce. Takto získanou měl si odvážíme, počítáme na 1000 g měli asi 500 g cukru. Nejprve měl vaříme do zahuštění samotnou, potom přidáme cukr a dovaříme. Horké naléváme do sklenic a zavíčujeme.

Šárka Vytisková, Jihlava

70. MALINOVÁ MARMELÁDA

1000 g malinové měli, 350 g cukru

Maliny prolisujeme za syrova, aby byla marmeláda jemnější. Nejdříve maliny vaříme bez cukru tak dlouho, až zhoustne, potom přidáme cukr a ještě asi 5–7 minut povaříme. Pro zvýraznění chuti můžeme přidat trochu rybízu, který prolisujeme spolu s malinami. „Malinovou marmeládu mají moje vnoučata nejradši v koblíchách. Musím ji ale dávat opatrně, když je málo tuhá, mohla by vytéci,“ píše

Anna Korbelová
z Hradce Králového

71. MERUŇKOVÁ MARMELÁDA

1000 g rozvařených meruněk, 350 g cukru

Meruňky vypeckujeme, rozvaříme a kdo má rád jemnější marmeládu, ještě prolisuje. Vzniklou hmotu odvážíme a počítáme na 1000 g hmoty 350 g cukru. Meruňky vaříme bez cukru (aby se nám nepřipalovaly) tak dlouho, až se dělá za vařečkou cestička, potom přidáme cukr, dovaříme a plníme do sklenic. „Dobrou zkušenost jsem získala, když jsem do meruněk, hned

z počátku vaření, přidala asi 200 g jemně strouhané mrkve,“ svěruje se
Antonie Čížková z Liberce

72. MARMELÁDA Z ČERNÉHO RYBÍZU

Opraný rybíz prolisujeme na strojkou. Získanou hmotu zvážíme a na 1000 g hmoty počítáme 400 g cukru. Prolisovaný rybíz sváříme 10 minut, potom přidáme cukr a vaříme tak dlouho, až rosolovatí.

Olga Wintrová, Hodonín

73. ŠÍPKOVÁ MARMELÁDA

Zralé šípky zbavíme stopek a okvěti. Vypereme, zalijeme vodou a asi hodinu vaříme, než změknou. Ještě horké je umeleme na mlýnku na ovoce. Získaná hmota má pěknou červenou barvu. Šípky dáme do širokého kastrolu, vaříme, přidáme podle chuti cukr a ještě asi 1 minutu povaříme a ihned plníme do sklenic.

74. ŠÍPKOVÁ POVIDLA S JABLKY

1000 g šípků, 1000 g jablek, 500 g cukru

Šípky uvaříme, umeleme, přidáme udušená jablka a cukr, krátce zahustíme a plníme do sklenic. „Aby se nám povidla nekazila, je lepší je ještě sterilovat,“ radí

Veronika Jandová
z Mariánských Lázní

75. ŠVESTKOVÁ POVIDLA

Když máme švestky dostatečně zralé a sladké, nemusíme tato povidla přislažovat. V tomto případě však musejí být povidla dostatečně hustá a je třeba je ještě dát v hrnci dosušit do trouby. Jestliže povidla přislažujeme, cukr přidáváme podle chuti až ke konci vaření. Protože vaření povidel je zdoluhavé, povidla stříkají a připalují se, je lepší je dát do co nejširšího kastrolu ve slabší vrstvě, popřípadě podložíme kastrol azbestovou vložkou, vysvětluje

Žofie Nováková
z Kutné Hory

76. VIŠŇOVÁ MARMELÁDA

750 g vypeckovaných a rozemletých višní, 250 g vylisovaného rybízu, 500 g cukru

Višně s rybízem vaříme tak dlouho, až se trochu odpaří, potom přidáme cukr a vaříme do zhoustnutí. Plníme do sklenic, které zavíčujeme.

Žofie Nováková,
Kutná Hora

77. ŠVESTKOVÁ POVIDLA II

2500 g švestek, 2 dl octa, 500 g pískového cukru

Švestky opereme, vypeckujeme a nakrájíme na čtvrtky. Dáme do většího kastrolu nebo pekáče a necháme přes noc v klidu. Druhý den vaříme čtyři až pět hodin, přidáme ocet a cukr. V žádném případě s povidly nemícháme, jinak by se připalovala. Povidla se nejlépe vaří v kastrolu se zesíleným dnem.

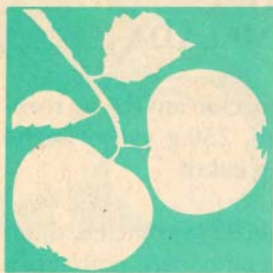
Jaromír Bilík, Jihlava

78. MERUŇKOVÁ ZAVAŘENINA Z RAJČAT

3000 g rajčat, 1300 g krystalového cukru, 1 vanilkový cukr, 1 plná lžička kyseliny citrónové, 250 g nezralých jablek nebo 3 petoly, 2 lžíce rumu (nemusí být)

Rajčata rozkrájíme, rozmixujeme a vaříme do zhoustnutí. Propasírujeme, přidáme cukr a opět vaříme do zhoustnutí. Nakonec do směsi zamícháme vanilkový cukr a kyselinu citrónovou a ještě povaříme asi 15 minut. Ihned plníme do malých skleniček. Můžeme dát na 10 minut do páry. Dáváme-li kyselá jablka, rozmixujeme je zároveň s rajčaty. „Zavařenina je velice dobrá, tento recept používám již několik let,“ píše

Táňa Brabcová
z Českých Budějovic



SUŠENÉ OVOCE

79. SUŠENÁ JABLKA

„Každý rok jsme si zvykli sušit křížaly. Na podzim vybereme méně vzhledná nebo poškozená jablka, dobře se zužitkují i padaná. Jablka neloupeme, jen dobře omyjeme, rozkrojíme na půlky, větší na čtvrtky nebo na osminky. Vykrájíme jádřince. Jablka sušíme na lískách, nejprve krátce při teplotě kolem 80 stupňů, potom jablka obrátíme a sušíme při teplotě 70 °C. Sušíme tak dlouho, až jsou jablka úplně usušená, jsou sice ještě „vláčná“, ale už z nich nevytlačíme žádnou šťávu. Sušená jablka ukládáme v papírovém pytlíku, který dáváme ještě „pro ozdobu“ do vyšivaného plátěného pytlíku. Na chalupě si pravidelně ze sušených jablek vaříme kompot a připadáme si jako v dětství u babičky,“ napsali nám

manželé Hosovi z Kamenice

80. SUŠENÁ JABLKA ZAVAŘENÁ

Když měli manželé Horákoví z Kolína jednou na zahradě hodně jablek, rozhodli se, že je usuší. Jenže pořád přšelo, podzim byl tak deštivý, že jablka ne a ne doschnout a další se hromadila. Tehdy přišla paní **Ilna Horáková** na zajímavý nápad. „Polosušená“ jablka prostě zavařila. Výsledek byl vynikající a tak recept, který vám předkládáme, prý od té doby vyzkoušela už řada známých . . .

Jablka můžeme sušit oloupaná, nebo ve slupce. Dobře je omyjeme, vykrájíme jádřince, okvěti a také „důlek“ kolem stopky, protože tam se zpravidla udržují všechny zárodky pozdějších plísni, i zbytky různých látek, třeba těžkých kovů. Potom jablka nakrájíme na plátky nebo na čtvrtky a sušíme asi jen do

poloviny obvyklé doby sušení. Jablka jsou už hodně „zavádlá“, ale nejsou ještě zcela dosušená. Sklenice Omnia dobře vymyjeme, v troubě je ještě pořádně prohřejeme. Horká jablka natlačíme do sklenic, ihned zavíčkujejeme a sterilujeme 50 minut při teplotě blížící se 100 °C. Jablka jsou velmi dobrá k přímému konzumu, ale také jako součást kompotů.

81. JABLKA SUŠENÁ NA NITI

„Moje babička sušila jablka zvláštním způsobem. Nakrájená na kolečka visela na nitích nad kamny a my děti jsme se nemohli dočkat, až budou hotová. Nahrazovala nám ty nejlepší bonbóny a já jsem si říkala, že recept od babičky musím získat. Jenže jsem to nestihla. A tak dnes na vlastní chalupě zkouším a vzpomínám na babičku. Myslím si, že už se mi podařil ten správný výsledek a ten vám nabízím: vyzkoušejte to také,“ napsala nám paní **Anežka Kruntorádová z Ostravy**.

Vybereme si dobrá podzimní jablka, letní nejsou na sušení dobrá. Jablka omyjeme, oloupeme, kulatým vypichovátkem odstraníme jádřinec a jablka nakrájíme na kolečka asi 7 mm silná. Ihned je dáváme do vody, okyselené kyselinou citrónovou, nebo octem. Dávka na 1 litr vody je půl lžičky kyseliny citrónové. Když máme dostatek jablek, připravíme si cukerný sirup, který získáme rozvařením 1 kg cukru a 1 lžičky kyseliny citrónové v 1 litru vody. Do sirupu vložíme odkapaná jablka a velmi krátce je povaříme (ne déle než 1 minutu). Potom sejmem z kamen, zatížíme menší pokličkou, aby jablka v sirupu neplavala a celý den proslazujeme.

Druhý den opět přivedeme jablka k varu, ihned vyjme, necháme dobře okapat. Kolečka navlékáme na pevnou niť a sušíme nad kamny. Správně usušená jsou světlá, silně voní, jsou vláčná, ale neteče z nich při zmáčknutí šťáva.

82. SUŠENÁ JABLKA PROSLAZENÁ

Vybereme zralá, sladká jablka, oloupeme, vykrájíme jádřince, jablka dáme ihned potom do vody, kterou okyselíme kyselinou citrónovou nebo octem. Připravená jablka potom zatížíme v hrnci menší pokličkou, aby neplavala. Připravíme si cukerný roztok, na litr vody dáme kilogram krystalového cukru. Roztok uvedeme do varu. Jablka vyjme z okyselené vody, dáme povařit v cukerném roztoku tak dlouho, až jsou poloměkká a pěkně sklouznou z vidličky. Jablka ve vodě „plavou“, a proto je při vaření zatížíme poklicí nebo talířem. V roztoku necháme jablka proslazovat 24 hodin, pak opět roztok přivedeme k varu. Horká jablka opatrně vyjme, necháme na síť okapat, rozložíme na plech a sušíme nejprve při teplotě 55 stupňů, potom 65 a na dosušení opět 55 stupňů.

„Recept sice není můj původní, mám jej od kamarádky, ale všem nám takto připravená jablka chutnají, dávám je na misku večer místo cukroví,“ komentuje recept

A. Petráňová z Ostravy

83. HRUŠKY SUŠENÉ

Malé hrušky sušíme pomalu vcelku, velké překrajujeme, aniž bychom vykrajovali jádřinec. Malé tvrdší hrušky můžeme loupat a tro-

chu předvařit v okyselené vodě, aby zůstaly bílé. Usušené můžeme libovolně lisovat nebo navlékat do věnce jako fíky. Při sušení klademe rozkrojené hrušky řeznou stranou nahoru. Jemné napřesušené hrušky můžeme pěchovat do sklenic a sterilovat bez zálivky na sucho, zůstanou vláčné.

**Alois Procházka,
Jindřichův Hradec**

84. DEZERTNÍ SUŠENÉ HRUŠKY

Vybíráme větší, dobře vyztřelé hrušky, nekamenčitych odrůd. Opereme je, oloupáme a rozkrájíme na čtvrtky. Dáváme je do vody okyselené kyselinou citrónovou, aby nezhnědly. Hrušky povaříme v cukerném roztoku (na 1 litr vody dáme rozvařit 1 kg krystalového cukru). Necháme mírně vařit 5–10 minut. Potom odstavíme a necháme proslazovat 24 hodin, ještě jednou zahřejeme k varu, krátce necháme povařit a hrušky vybereme. Dáme je na síto odkapat, rozložíme je na lískách a sušíme při 60 °C. Správně sušené hrušky jsou světlé, hladké a lesklé. Připravujeme je jako dezert, zdobené šlehačkou.

Petra Slavíčková, Cheb

85. NÁPLŇ ZE SUŠENÝCH HRUŠEK

Hrušky opereme, rozkrájíme na čtvrtky, vyjmeme jádřince, okvěti a stopku. Dáváme je do okyselené vody. Potom si připravíme cukerný roztok: na 1 l vody dáme 150 g cukru a 1 lžičku kyseliny citrónové. Hrušky vaříme podle velikosti 5–15 minut, ihned je vyjmeme, necháme odkapat a usušíme. Sušíme na plechu vyloženém alobalem v troubě, až jsou sice měkké, ale neteče z nich šťáva. Takto připravené hrušky jsou základem pro náplň na typické valašské „frgále“ zvané hrušťáky. Z běžného kynutého těsta připravíme větší koláč. Tajemství úspěchu je v nádivce: 300 g sušených hrušek, 1 lžice povidel ze švestek, 3 lžice krystalového cukru (drobné krupice), 4 lžice strouhaného perníku, špetka skořice, 1 vanilkový cukr, špetka tlučeného hřebíčku, 2 lžice rumu. Hrušky opláchn-

neme, zalejeme vodou a necháme nabobtnat, přidáme koření a dusíme. Měkké hrušky scedíme a pomeleme na masovém mlýnku. Přidáme cukr, perník, rum a povidla, aby náplň byla vláčná, můžeme přidat trochu vývaru z hrušek. Sladíme podle chuti a natíráme na koláče.

Ivana Morávková, Vizovice

86. POLOTOVAR NA „FRGÁLE“

Sušené hrušky dobře opereme, dáme vařit do vody, vaříme velmi pomalu a přidáme koření: kousek celé skořice, několik hřebíčků. Když jsou hrušky měkké, scedíme je. Vývar můžeme pít jako čaj, oslazený a ochucený citrónem. Uvařené hrušky semeleme na masovém mlýnku. Pastu naplníme do skleniček od dětské výživy, nebo do třidecových skleniček Omnia. Podle chuti můžeme do pasty zamíchat i rum a cukr. Uzavřeme víčkem a sterilujeme 20 minut při teplotě nad 85 °C. Tento polotovar po otevření doplníme strouhaným perníkem, povidly nebo hruškovou mar-

RECEPTY Z RECEPTÁŘE

meládou a používáme jako náplň na koláče nebo do buchet.

Marie Hloušková, Nový Jičín

87. JAK SE DĚLÁ „PRACHANDA“

nám poradí paní **Vítězslava Líbalová z Prahy**. Zdělala po své tetě nejen velký sad, ve kterém je hodně hrušek, ale také recept na to, jak z hrušek prachandu udělat.

Hrušky k sušení mohou být i docela „nahniličku“, neměly by to ale být odrůdy, které mají kaménky. Hrušky opereme, zbavíme stopky a pokud jsou malé, můžeme je sušit vcelku. Větší hrušky rozkrájíme na půlky nebo na čtvrtky, jádřinec můžeme ponechat. Sušíme na lískách při teplotě 70–80 °C. Pokud jsme hrušky krájeli, dáme je na lísky nejprve řeznou plochou dolů. Potom hrušky obrátíme a dosušíme při teplotě 65–70 °C. Hrušky na prachandu musí být hodně tvrdé. Usušené hrušky roztlučeme na prášek. Můžeme je také nejprve roztlouci na menší kusy a ty potom rozdrtit v mixéru na tuhé potraviny. Prášek uchováváme ve skleni-

cích pod víčkem. Používáme jej na sypání knedlíků z tvarohového těsta, nebo na sypání lívanců a podobně.

88. SUŠENÉ ŠVESTKY

Vybíráme jen zralé švestky, které se již od stopek scvrkávají. Na síti je opereme a ponoříme na chvíli do vařící vody okyselené kyselinou citrónovou. Pokud se vám zdá, že švestky jsou kyselé, doporučují Kocourkovi vodu osladit. Švestky necháme ve vodě asi 20 sekund, ihned vyjmeme a vysypeme do studené vody. Ochlazené švestky scedíme a dáme na čistou utěrku odkapat. Sušíme je na lískách v sušárně nebo v troubě při teplotě 40 °C asi 4–5 hodin. Potom švestky vyjmeme a necháme je, aby „natáhly“ vodu

ze vzduchu. Asi za 5–6 hodin švestky na lískách obrátíme a pokračujeme v sušení při teplotě 70 °C, tentokrát asi 5 hodin. Znovu švestky vyjmeme, necháme asi 5 hodin ochladit a dosušíme při teplotě 70 °C. Celková doba sušení trvá kolem 20 hodin, ale výsledek stojí za to: švestky jsou vláčné, měkké, nepukají, mají příjemnou sladkou chuť. Usušené švestky necháme nejprve asi dva dny odležet na lískách, potom je dáváme do plátěných obalů nebo do sklenic a ukládáme.

89. JAK POUŽÍT SUŠENÉ ŠVESTKY

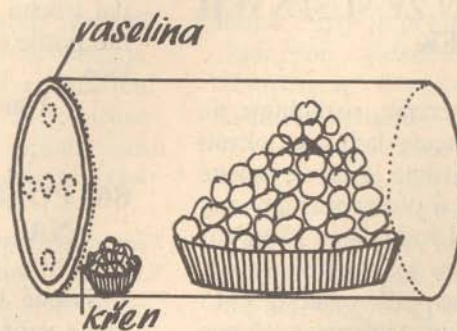
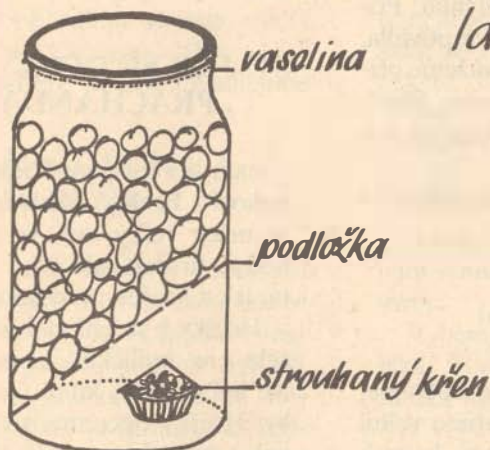
Manželé Kocourkovi z Kolína suší švestky už řadu let a za tu dobu se vypracovali tak, že jejich recepty znají lidé z nejbližšího okolí

jako nejlepší. U Kocourků se suší švestky pro několik účelů: buď jako součást kompotů, do omáček, nebo jako dezertní švestky „na mlásání“. V poslední době Kocourkovi používají sušené švestky i jako přísadu do směsí na ovocné čaje a do domácích ovocných „müslí“.

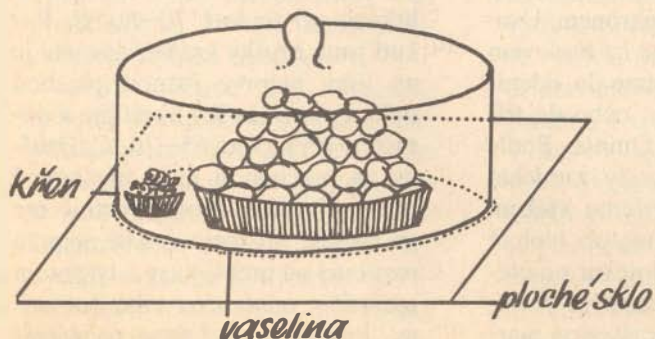
90. ZAVAŘOVANÉ SUŠENÉ ŠVESTKY

Švestky natlačíme na sucho do sklenic Omnia o obsahu 700 ml, zavíčkujeje a sterilujeme. Teplota musí být 95 °C, doba sterilace je asi hodinu. Švestky můžeme také zavařovat jako kompot: opláchneme je, povaříme v cukerném roztoku (1 kg cukru na 1 l vody). Vaříme asi 5–7 minut, podle velikosti švestek. Necháme je na kraji kamen do

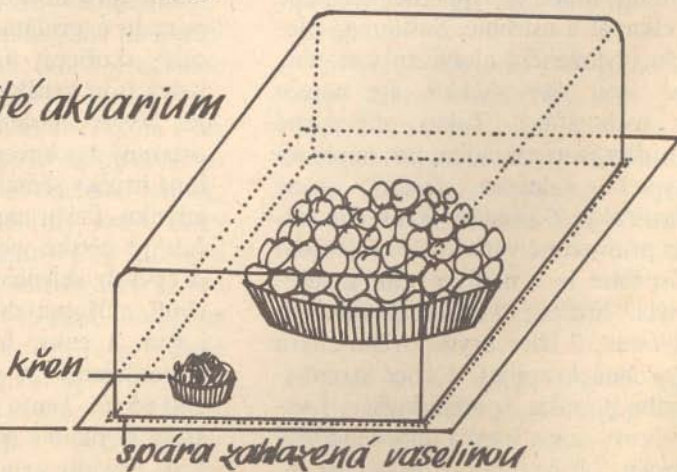
Různé druhy širokohrdlých lahví



Skleněný zvon



Lité akvarium



druhého dne proslazovat. Potom je rovnáme do skleniček, na sucho, pevně utlačíme a zavíčkujeme. Necháme je sterilovat asi hodinu.

91. SUŠENÉ ŠVESTKY V LIHU

Švestky vypeckujeme, natlačíme do ozdobných malých skleniček a zalejeme dobrým lihem. Pokud chceme švestky používat jako dezert, doporučujeme zalít je roztokem, který si připravíme ze dvou třetin koňaku a jedné třetiny cukerného sirupu (1 l vody a 1 kg cukru). Zavíčkujeme, nemusíme sterilovat. Po použití švestek můžeme zbylý lih použít jako likér.

92. SUŠENÉ MERUŇKY

Vybíráme co nejzralejší plody. Otrháme je vlhkým hadříkem, vypeckujeme a ihned vkládáme do horkého cukerného roztoku (na 1 l vody 1 kg cukru a 1 čajová lžička kyseliny citrónové). Když máme hotovou dávku, uvedeme meruňky do varu a vaříme asi 5 minut. Vydáme, necháme okapat a rozložíme na lísky. Pokud chceme mít meruňky hodně sladké, necháme je v cukerném roztoku proslazovat ještě do druhého dne, potom znovu uvedeme do varu, vyjmeme, necháme odkapat a sušíme. Můžeme sušit na slunci na lískách, tehdy sušení trvá asi 6 dní. Protože většinou nebývá tak dobré počasí, kombinujeme sušení na lískách na slunci se sušením v troubě. Nejprve předsušíme asi 1 den na lísce na slunci (chráníme před vosami a mouchami). Potom sušíme umělým teplem nejprve při 50, potom při 65 °C. Dосуšíme při 60 stupních. Celé sušení trvá 12–14 hodin. Meruňky jsou svěží barvy, vláčné. Používáme je k přímému konzumu, můžeme je také obalovat v čokoládě jako bonbóny a vkládat do košíčků z papíru. „Je to nejlepší vánoční cukroví, jaké v rodině známe,“ uvádí

Marta Prusáková, Praha

93. TŘEŠNĚ MÍSTO HROZINEK

V současné době, kdy jdou ceny veškerých potravin i pochutin nahoru, jistě uvítáte recept paní **Miroslavy Žáčkové z Prahy**, která už řadu let úspěšně nahrazuje hrozinky sušenými třešněmi.

„K sušení si vybíráme třešně už přezrálé, pokud máte vlastní strom a nebojíte se špačků, můžete si ušetřit hodně práce a nechat za sebe pracovat přírodu. Třešně na sušení sklízíte až tehdy, když už jsou scvrklé. Z takovýchto třešní můžete snadno vymáčknout pecku a dosušit je na lískách v troubě. Pokud sušíte třešně nezavadlé, rozložte je nejprve na lísky na slunci. Vhodné jsou zejména třešně tmavých odrůd. Ze zavadlých třešní vytlačíte pecku a dosušíte v troubě při teplotě do 60 °C. Potom znovu lísky přenesete na slunce, nebo necháte volně dosušit nad kamny. Hotové „rozinky“ sesypete ještě teplé do teplých, vysušených sklenic a zavíčkujete. Uchovávejte je v suché temné místnosti. Vydrží celý rok.

94. SUŠENÝ ČERNÝ RYBÍZ

Dobře vyzrálý rybíz opereme, odtrháme střípatiny, pozor na to, abychom odstranili i malé stopečky. Nejprve rybíz rozložíme na čistou utěrku nebo plátno a osušíme. Potom lísky vyložíme pergamenem, v jedné vrstvě na nich rozprostřeme rybíz a sušíme nejlépe umělým teplem v troubě při teplotě 70 °C. Sušíme tak, že lískami pravidelně potřepáváme. Když je rybíz usušený, dáme jej do sklenic, nebo papírových pytlíků. Skladujeme na suchém místě. Používáme jej jako přídavek do ovocných čajů.

Ivana Novotná, Brno

95. SUŠENÉ JEŘABINY DO PERNÍKŮ

Dobře vyzrálé plody moravského sladkoplodého jeřábu opereme, odtrháme 15 minut a potom odstávíme z plotny. Celý jeden den necháme proslazovat. Nakonec znovu povaříme, scedíme a dáme sušit na lísky do sušárny, nebo do trouby na



plech. Usušené jeřabiny mají tmavou barvu, jsou scvrklé, ale ještě měkké, mají příjemnou navinulou chuť. Používáme je do perníků, do ovocných chlebiček a podobně.

Zuzana Chválková, Brno-Komín

96. SUŠENÉ BORŮVKY

Borůvky přebereme, promyjeme studenou vodou, necháme okapat a sušíme. Nejlépe se suší na slunci v jedné vrstvě na lískách nebo na plechu. Během sušení potřepáváme lískami. Pokud právě prší – a to je při sběru borůvek pravidelné, sušíme v troubě. Nejprve asi hodinu necháme borůvky „zavadnout“ při teplotě 45 °C, potom dosušíme při teplotě 60 °C. Borůvky můžeme použít jako barvicí přídavek do ovocných čajů, ale nejlépe je využijeme v syrovém stavu na zastavení průjmů. Zejména u dětí je to velmi dobrý prostředek. Pokud jsme usušili borůvek víc, můžeme z nich snadno udělat kompot, nebo náplň do knedlíků či na koláč. Stačí borůvky dobře propláchnout, zalít teplou vodou, nechat nabobtnat. Potom vodu přivedeme pomalu k varu, borůvky scedíme, osladíme a můžeme používat.

Josefina Veverková, Lhotka

97. ŠÍPKY SUŠENÉ

Zralé, červené, ale tvrdé šípky zbavíme stopek a okvětí. Celé, nevyškrábané je sušíme v troubě dosti

prudce, aby doba sušení byla krátká. Šípky přitom nesmějí zhnědnout. Suché dáme do pytlíku a ještě je nějaký čas necháme doschnout. Potom je uložíme do uzavřené krabice.

Běla Čumplová, Karviná

98. OVOCNÝ ČAJ

Domácí ovocný čaj je tvořen sušenými slupkami z jablek, bezinkami, černým rybízem, květem akátu, listím maliníku a jahodníku. Připravujeme si jednotlivé součásti čaje tak, jak dozrávají nebo rozkvétají květy a plody. Nejprve začneme se sušením akátového květu, který dává čaji příjemnou vůni. Akát sbíráme v plném květu, na místech bezprašných, vyhýbáme se okrajům silnic. Sušíme ve stínu, při teplotě do 45 °C. Usušený skladujeme v papírových pytlíčcích. Při sušení akátů sdrhneme květy. Listy jahodníku a maliníku sbíráme v období, kdy rostliny „nakvétají“. Sušíme při teplotách do 55 °C. Sušené jemně podrtíme. Černý rybíz a bezinky sušíme, když jsou zralé, v jedné vrstvě na lísce, při teplotách kolem 70 °C. Nakonec sušíme jablečné slupky, které získáme jako odpad při sušení loupaných jablek. Na čaj smícháme stejný díl jednotlivých sušených rostlin. Vše jemně nakrájíme, bezinky a černý rybíz můžeme nechat vcelku. Při přípravě čaje bereme 1 polévkovou lžici

směsi na 1 hrnek. Připravujeme jako zápar, nebo jako výluh.

Jaroslav a Eva Potěšilovi, Kladno

99. BYLINNÝ ČAJ

„Donedávna jsme sbírali a sušili na čaj listy jahodníku, maliníku, lípy. Čaj to byl sice dobrý, ale potom jsme u známých ochutnali docela jiný, takový, že i rakouský Milford by mu dal výborné ocenění,“ napsali nám manželé Veselých z Jindřichova Hradce. Zeptali jsme se na recept a sami jsme vyzkoušeli tzv. „fermentaci listů“. Není to nic zvláštního, výsledek ale předčí všechna očekávání.

Fermentujeme listy planě rostoucího jahodníku, maliníku, ostružiníku. Čerstvě nasbírané zelené listy nejprve rozložíme na čisté utěrce ve stínu, necháme asi 6 hodin zavadnout. Během této doby několikrát načechráme. Potom listy rozložíme do tenké vrstvy a dřevěným kuchyňským válečkem je pomačkáme. Pomačkané stočíme (jako závin) do smotků. Tyto smotky dáme na kuchyňský váh (nezabalené) a zatížíme je dřevěným prkénkem. Necháme je v teplé místnosti asi dva dny fermentovat. Potom je znovu rozložíme do tenkých vrstev a usušíme ve stínu. Suché hned pomačkáme a naplníme do lahví s patentním uzávěrem. Před použitím smícháme:

– čaj na dobrou náladu: 2 díly ja-

hodníku, 1 díl maliníku, 1 díl ostružiníku; na šálek použijeme polévkovou lžici, zalejeme vařící vodou a necháme vyluhovat

– voňavý čaj: 2 díly ostružiníku, 2 díly jahodníku, 2 díly sušené dobromysli (oregano), 1 díl sušených květů bezu, pro barvu několik sušených bezinek.

100. CUKETY JAKO CEDRÁT

Cuketu oloupeme, nakrájíme na kostičky velké asi 2 × 2 cm. Připravíme si roztok cukru. V 1 l vody svaříme 1 kg krystalového cukru. Cukety do horkého cukru ponoříme a necháme vychladnout. V cukerném roztoku necháme do druhého dne, znovu zahřejeme a necháme chladnout dalších 24 hodin. Kdo má rád hodně sladké, může celou proceduru opakovat třikrát. Potom cukety vyjmeme, dáme okapat na síto a rozložíme na lísce (s pletivem) pro sušení. Sušíme nejprve při nižší teplotě, potom při teplotě 65 stupňů a nakonec dosušíme na slunci. Správně usušená cuketa je světlé barvy, příjemně voní a je sladká. Uchovat ji můžeme dobře ve sklenicích Omnia, autorka receptu doporučuje ještě je prosypat jemným pískovým cukrem. Používá se jako kandované ovoce do pečiva i jako pamlskek pro děti.



RECEPTY
Z RECEPTÁŘE



RŮZNÉ KONZERVOVÁNÍ OVOCE

101. PASTA Z HRUŠEK

Povidla z hrušek (mohou být míchaná i s jiným ovocem) vaříme úplně do husta, asi jako těsto na buchty. Nejlépe je vařit v kastrolu se silným dnem. Hustá povidla namažeme na pergamenový papír lehce natřený olejem, ve vrstvě asi 2 cm. Necháme doschnout v troubě a pak uschováme v pevně zavřené krabici. „Tyto ovocné bonbóny pro nás měla vždy připravena naše babička,“ vzpomíná

Jitka Bláhová, Prachatice

102. ŠVESTKOVÁ PASTA

Švestková povidla zahustíme ještě víc než obvykle, přisladíme a přidáme oříšky nebo je i bez přisladění a oříšků namažeme na pergamenový papír, lehce potřeme olejem a dosušíme v troubě. Suchou pastu ukládáme v krabici nebo stočenou do válečku v uzavírací sklenici, aby nevysychala. Je to výborný a výživný zákusek, zejména pro děti. A poslala nám na něj návod autorka předešlého receptu.

103. KANDOVÁNÍ POMERANČOVÉ A CITRONOVÉ KŮRY

Kůru střádáme ve studené vodě, kterou denně vyměňujeme. Z citrónové kůry odstraníme před namáčením vymačkanou dužinu. Pak kůru necháme okapat, zvážíme ji, přidáme stejné množství pískového nebo krystalového cukru. Kůru pokrájíme na stejné kousky a s cukrem ji přistavíme na oheň. Vody dáme tolik, aby byla kůra potopená. Vaříme ji zvolna, až je sklovitá a při napíchnutí na vidličku sklouzne. Horkou kůru obalujeme vidlič-

kou v jemném pískovém cukru. Klademe na talíř k oschnutí a druhý den ji obrátíme.

**Helena Čeperová,
Jindřichův Hradec**

104. OVOCE V RUMU

K tomuto způsobu konzervování se hodí většina druhů ovoce, kromě jablek a hrušek. Postupně, jak ovoce zraje, vrstvíme je do širší sklenice s pískovým cukrem a zaléváme rumem. Dáváme vždy asi 250 g ovoce, 200 g cukru a 1/10 l rumu. Plnou láhev dolijeme rumem tak, aby ovoce bylo zcela zatopeno. „Musím se přiznat, že na tuto „ňamku“ chodí tajně celá naše rodina,“ prozrazuje

Blanka Topinková z Přerova

105. JAK UCHOVAT ČERSTVÉ OVOCE POMOCÍ KŘENU

Tímto způsobem lze uchovat většinu druhů ovoce po šest měsíců i déle. Nejlépe se hodí chladnější a tmavší prostředí, ale ani teplota 15–20 °C není na závadu.

Použijeme jakékoliv skleněné nádoby, která jde dobře utěsnit, nejlépe rovněž sklem, a pracujeme s nádobami se zabroušenými plochami.

Ovoce urovnáme na perforovanou vodovzdornou přepážku či na košíčkovou misku z umělé hmoty s otvory alespoň ve dně a na dno nádoby umístíme do jiné menší nádoby rozstrouhaný křen. Je-li tato nádobka umístěna pod ovocem, musí být chráněna svrchu tak, aby do křenu nepadaly kapky vysrážených par z ovoce. Prchavé látky z křenu však musí mít samozřejmě styk s atmosférou v nádobě.

Proto kryt oddálíme od nádoby vložení vhodných podložek. Jednodušší je umístit nádobku mimo dosah kapek (zavěsit, položit vedle ovoce apod.).

Okraje nádoby namažeme potom dostatečnou vrstvou čisté vazelíny a spojíme tak s přiléhajícím víkem nebo dnem. Neprodyšnost zajistíme přidáním vazelíny do spár zvenčí a pečlivě ji zahradíme.

Na 1 litr vnitřního obsahu dáme cca 20 g křenu, ale můžeme dát i více. Po otevření nelze totéž ovoce znovu dále takto uschovávat a rovněž křen musíme použít čerstvý, právě nastrouhaný. Nepoužíváme ovoce poškozené a přezrálé. Nejlepší je čerstvě natrhané těsně před úplnou zralostí a se stopkami. Je-li možné (angrešt, rybíz), použijeme celou větévku s ovocem.

Na vánoce nebo zjara překvapíte své známé úplně čerstvými jahodami, třešněmi, hrozny, švestkami apod., s chutí a vůní naprosto původní. Tuto netradiční radu nám napsal

**pan Kratochvíl
z Prahy 8-Kobylis**

106. DOMÁCÍ PŘESNÍDÁVKA PRO DĚTI

Oloupaná, jadrinců zbavená jablka strouháme jemně na nástavci k mixéru nebo ručně. Dáme do zavařovacích skleniček – objem 0,37 l nebo od dětských přesnídávek a marmelád. Uzavřeme víčky a sterilujeme 15–20 minut. Jablka jsou neslazená, ale v zimě s piškoty a přelité domácím sirupem jsou výborná. Lze je přidat i do mrkvového salátu – strouhaná mrkev, jablka, troška vody a cukr nebo sirup Karotela. Nebo: Jablka oloupáme, zbavíme jadrinců a na

drobno nakrájíme do kastrolu, kde je s troškou vody posmažíme, přidáme trochu cukru podle chuti a rozmixujeme, hned horké vléváme do přesnídávkových skleniček a zavařujeme 15–20 minut.

Kdo má mrazničku, může přesnídávkou vylepšit. Jahody, meruňky, nebo jiné výrazově chuťové ovoce se v zimním období vyndají z mikrotenových sáčků a podusí se s jablky. Půl kila meruňek podstatně ochutí až 3 kg jablek. „S jahodami je to ještě lepší,“ svěruje nám svůj recept paní

**Zdeňka Sikorová
z Bystřice n/Olší**

107. MRAŽENÝ RYBÍZ A BORŮVKY

Rybíz a borůvky budou až do jara jako čerstvé, dáme-li je promíchané s trochou cukru (pro diabetiky a přípravu některých jídel bez cukru) v mikrotenovém sáčku do mrazničky. Předem si připravíme do jednotlivých sáčků takové porce, které v zimních měsících na jednu spotřebujeme. Před použitím obsah sáčku vysypeme na několik hodin na talíř a necháme při pokojové teplotě roztát. Rybíz i borůvky skutečně chutnají jako čerstvé a jejich mrazení je vhodnější než kompot. Ostatní druhy ovoce nejsou po zmrazení tak dobré a svěží. O tuto zkušenost se s námi podělila

**Karolina Svěráková,
Frýdek-Místek**

108. JAK UCHOVÁVAT OŘECHOVÁ JÁDRA

Pavλίna Strnadějová, která se učí v Olomouci pekařkou, zná spolehlivý návod, jak uchovat jádra ořechů (vlašských, lískových aj.) zcela nepoškozená, bez plísní a bez červů. Vyloupaná jádra vložíte do zavařovací sklenice a bez vody zavíčujete. Vložíte do hrnce s vodou a sterilujete běžným způsobem jako kompot. Po vychladnutí je uložíte do spíže. Vydrží prý neporušené třeba tři roky.



ZELENINOVÉ RECEPTY DIVÁKŮ RECEPTÁŘE

Zelenina nakládaná v octě a nálevu

109. ZELENINOVÁ ČALAMÁDA

5000 g zelí, 2000 g papriky,
1000 g cibule, 1000 g mrkve,
0,9 l octa, 0,2 l oleje, 500 g cukru,
2 nakladače na okurky

Zelí a papriku pokrájíme, cibuli nakrájíme na kolečka, mrkev postrouháme na hrubším struhadle. Do velké nádoby, kde všechno promícháme, přidáme ocet, olej, cukr a nálev ze dvou nakladačů na okurky, připravený podle návodu. Všechno dobře promícháme, necháme ustát do druhého dne a potom plníme do sklenic.

D. Mitrová, Lorinčík, Košice

110. TELEVIZNÍ ZELENINOVÝ SALÁT

60 % zeleninového salátu tvoří nastrouhané zelí, zbytek ve stejném díle cibule nakrájená na kolečka, na proužky pokrájená zelená paprika, na hrubo nastrouhaná mrkev, květák rozebraný na malé růžičky a zelená rajčata nakrájená na kolečka. Vše smícháme dohromady, napěchujeme do sklenic a zalejeme sladkokyselým nálevem jako na okurky. Zavíčujeme a sterilujeme 20 minut při 80 °C.

„Tento salát je výtečný a u nás doma mu říkáme televizní, protože

jej servírujeme k televizi místo bonbónů,“ napsala autorka receptu

M. Honková, Brno-Bystrc

111. SLOVENSKÁ ČALAMÁDA

7000 g zelí, 2000 g papriky,
2000 g cibule, 1 l octa, 1 deko,
500 g cukru, 0,2 l oleje

Zelí nakrájíme nebo nastrouháme na jemno, papriku očistíme a nakrájíme na proužky, cibuli na kolečka. Smícháme vše s octem, cukrem a olejem a ve velké nádobě zalejeme nálevem Deko, připraveným podle návodu. Necháme do druhého dne stát a potom plníme

do sklenic. Sterilizace není potřebná.
E. Farkašová, Bratislava

112. STERILOVANÝ PAPRIKOVÝ SALÁT

1500 g rajčat, 1500 g paprik,
500 g cibule, 20 g soli, 100 g cu-
kru, 1 dl oleje, 0,5 dl octa

Rajčata opereme, v trošce vody uvaříme do měkka a propasírujeme. Papriky opereme, vyndáme semena a papriky nakrájíme na proužky, smícháme s protlakem a přidáme na kolečka nakrájenou cibuli. Osolíme, osladíme, vmícháme olej a ocet. Směsí plníme skleničky Omnia asi 1 cm pod víčko. Sterilujeme obvyklým způsobem.

Používáme jako salát, nebo také jako přídavek k dušeným masům. Pokud dusíme maso s přídatkem tohoto salátu, získá maso i omáčka velmi dobrou neopakovatelnou chuť.

M. Intribusová, Bratislava

113. NAKLÁDANÉ FEFERONKY ANEB „ŠAVLOVÝ TANEC“

1000 g feferonek, 300 g hrozi-
nek, ocet, med, voda

Feferonku prořízneme, vyndáme všechna jádérka a místo nich ji naplníme hrožinkami. Potom znovu uzavřeme. Můžeme i ovázat nití, aby držela „pohromadě“. Naplněné feferonky naskládáme do sklenic a zalijeme převařeným lákem připraveným z jedné třetiny vody, jedné třetiny octa a jedné třetiny medu. Lákem zalejeme feferonky asi 1–2 cm pod víčko. Zavičkujeme a sterilujeme při 85 °C 20 minut.

„Tento recept je zvlášť vhodný pro muže v naší domácnosti. Pokud chci mít nějaký „šavlový tanec“ připravený k pohoštění třeba až na únor, musím sklenice odložit zvlášť a dobře schovat, tak moc nám všem chutná,“ napsala nám autorka receptu

B. Řeháčková, Ostrava-Poruba

114. PIKANTNÍ ZELENINOVÝ SALÁT

2500 gramů pekingského zelí,
1000 g paprik, 500 g cibule, 500
gramů mrkve, 0,5 l octa, 400 gramů
pískového cukru, 0,25 l oleje,
5 feferonek, 1 deko

Zeleninu nakrájíme na proužky, smícháme s ostatními přísadami a necháme uležet do druhého dne. Plníme do dobře vymytých sklenic a zavičkujeme. Není třeba sterilovat. Uchováváme v temnu.

Rodina Lejtnarova, Blansko

115. ČALAMÁDA Z GIGANTU

3 velké kedlubny Gigant, 1500
gramů zelené papriky, 1000 g mr-
kve, 12 velkých cibulí

Nálev: 2 l vody, 0,5 l octa, 35
gramů cukru, 1 deko

Kedlubny očistíme a na větším struhadle nastrouháme. Papriku omyjeme, zbavíme semen a nakrájíme na proužky. Cibuli a mrkev očistíme a nastrouháme na větším struhadle. Uvaříme nálev. Zeleninu spolu dobře promícháme a pevně ji natlačíme do sklenic. Zalejeme vlažným nálevem a zavičkujeme. Sterilujeme 5 minut na bodě varu.

D. Olčáková, Martin-Priekopa

116. ČALAMÁDA Z ČERVENÉHO ZELÍ

5000 g červeného zelí, 1000
gramů cibule, 0,5 l nastrouhaného
křenu

Nálev: 0,75 l octa, 0,2 l oleje,
500 g cukru, 1 deko

Zelí a cibuli nastrouháme, křen nastrouháme na jemném struhadle. Vše promícháme. Připravíme si nálev, promícháme se zeleninou a necháme jeden den odležet. Potom plníme do sklenic. Vše za studena, nesterilujeme!

117. VAŘENÁ ČALAMÁDA

1000 g rajčat, 1000 g paprik,
1000 g okurek, 1000 g cibule

Nálev: 0,3 l vody, 0,3 l octa,
0,2 l oleje, 100 g cukru, 30 g soli

Zeleninu očistíme, pokrájíme a 5 minut povaříme. Potom scedíme, plníme do sklenic, zaléváme nálevem a ihned zavičkujeme.

M. Vávra, Letohrad

118. MORAVSKÁ ČALAMÁDA

2 větší hlávky zelí, 12–15 slad-
kých paprik, 12–15 zelených raj-
čat, 12–15 červených zralých raj-
čat, 2000 g cibule, 300 g soli, 1
litru octa, 1 lžíce hořčičných zrněk
celých, 1 lžíce hořčičných zrněk
rozdrcených, 500 g cukru, 0,5 li-
tru vody

Zeleninu očistíme, opereme a nakrájíme na drobno. Prosypeme solí. Dobře promícháme a dáme do řídkého plátěného pytlíku. Ten zavěsíme, aby šťáva do rána vykapala. Šťávu můžeme použít pod dušené maso. Vykapanou zeleninu dáme druhý den do mísy a polejeme litrem vařícího 8% octa. Necháme ležet asi 6 hodin. Potom zeleninu vymačkáme, přidáme lžici celých a lžici drcených hořčičných zrněk a směs napěchujeme do sklenic. Ocet, kterým jsme polévali zeleninu, přecedíme, přidáme půl litru vody a podle chuti cukr. Vše povaříme. Nálev necháme vychladnout a potom jím zalejeme sklenice se zeleninou. Povážeme celofánem.

L. Boháčková, Olbramkostel

119. ZELENINOVÁ SMĚS „KUNOVJANKA“ VE SLADKOKYSELÉM NÁLEVU

Zelenina: 20% karotky, 20%
cukru, 30% červené papriky, 30%
cibule

Nálev: 1 l octa 8%, 130 g soli,
20 g kyseliny citronové, 750 g cu-
kru, doplnit vodou na objem 5 li-
trů

Zeleninu opereme. Karotku a celer nakrájíme na kostičky, papriku a cibuli na nudličky. Lze využít i méně vzhlednou (levnější zeleninu). Vše smícháme, naplníme do sklenic, zalejeme nálevem a sterilujeme běžným způsobem – asi 20 minut při 85 °C.

**F. Guryčová,
Uherské Hradiště-Mařatice**

120. PAPIKY V OCTĚ

Papriky očistíme (dáváme pozor, abychom měli sladké, nepálivé papriky). Nakrouháme bílé a červené zelí. Do každého přidáme kousek strouhaného jablka, kmín a sůl. Papriky plníme střídavě bílým a červeným zelím. Rovnáme do sklenic (nastojato) a zaléváme buď svařeným octem s vodou, nebo „okurkovým“ nálevem. Sterilujeme 20 minut při 85 °C.

H. Havelková, Praha-Vršovice

121. LEČO NA ZIMU

2000 g rajčat, 2000 g papriky

Menší červená rajčata nakrájíme na čtvrtky, větší rajčata na kostky. Papriky očistíme a nakrájíme na proužky. Na dno sklenky od dětské přesnídávky dáme několik kousků rajčat, potom papriku a opět rajčata. Při plnění směs hodně stlačujeme. Skleničky naplníme až po okraj a zavřeme víčkem. Sterilujeme běžným způsobem. Stejně můžeme konzervovat samotná rajčata.

„Používání sklenek od dětské výživy je výhodné,“ píše autorka receptů. „Jedna stačí na lečo pro vnučku, dva do guláše pro čtyři osoby a podobně. Tyto recepty mají úspěch u nás v rodině i u známých a tak doufám, že u vás nepropadnu...“

Věra Stuchlová, Praha 4

122. RAJSKÁ JABLÍČKA V ASPIKU

1000 g menších dobře vybarvených rajčat (raději tvrdších), cibule, bobkový list, hřebíček, celý pepř, nové koření, sladkokyselý okurkový nálev, želatina

Do čistě vymytých skleniček dáme 1 bobkový list, 2 hřebíčky, několik zrněk pepře a nového koření. Do skleničky narovnáme na čtvrtky nakrájená rajská jablíčka, která prokládáme cibulí krájenou na kolečka. Můžeme doplnit i krájenou paprikou. Když je sklenička plná, zalejeme zeleninu sladkým okurkovým nálevem a želatinou. Na 0,5 litru nálevu dáváme 3 lžičce želatiny. Zavíčkujeme a konzervujeme jako okurky. Rajčata v aspiku jsou dobrou přílohou k masu, můžeme je použít i na zdobení.

**H. Moravcová,
Močovice u Kutné Hory**

123. LEČO MOJÍ MAMINKY

5000 g papriky, 2500 g rajčat, 1 láhev oleje, 3 polévkové lžičce soli

Očištěnou a jáderek zbavenou papriku nakrájíme, přidáme rajčata, olej a sůl. (Můžeme si vypočítat i menší poměr.) Všechno dobře smícháme a plníme do skleniček od dětské výživy. Sterilujeme ve třídecových sklenicích 30 minut při 85 °C, při použití menších sklenic 20 minut. V zimě pak zeleninu vyklopíme na cibulku, podusíme, přidáme vajíčka a klobásu a chutná večeře je na stole.

R. Heinrichová, Poprad

124. ČALAMÁDA OPĚT JINAK

1,5 kg okurek, 1,5 kg cibule, 1,5 kg paprik, 1 kg zelených rajčat, 100 g feferonek

Lák: 1,5 l vody, 0,5 l 8% octa, 60 g soli, 26 tablet cukerinu

Všechny suroviny nakrouháme na kolečka, smícháme ve větší nádobě a zalijeme horkým lákem. Necháme vychladnout a lehce nandáme do skleniček a zavíčkujeme. Sterilujeme 10 minut při 80 °C.

Jana Peterová, Liberec 30

125. ČALAMÁDA „VÍCEÚČELOVÁ“

1000 gramů zelí – nakrouháme, 1000 g mrkve postrouháme na

nudličky, 1000 g cibule – nakrájíme na tenké plátky, 500 gramů celeru postrouháme na nudličky.

Vše dobře promícháme, natlačíme do sklenic Omnia a zalejeme nálevem. Sterilujeme 20 minut při 90 °C. Po skončení sterilace vyndáme sklenice, obrátíme dnem vzhůru, která teče, ještě přitlačíme „hlavou“ a obrátíme.

Nálev: 2 l vody, 0,5 l octa, 1 sáček deka, 20 sacharinů – svaříme, potom přecedíme přes sítko, abychom odstranili zrníčka a ještě teplým nálevem zalijeme. Tuto čalamádu přidáváme k pečení masa. Maso necháme rozpéct, asi po 30 minutách přidáme čalamádu (bez nálevu). Výborná je na španělské ptáčky, na svíčkovou, do bramborového salátu a pomazánek. O tomto výborném receptu se s námi podělila

Růžena Procházková, Brno

126. SLADKOKYSELÝ NÁLEV

1,5 l vody, 0,5 l 8% octa, 60 gramů soli, 26 tablet cukerinu

Všechny suroviny svaříme a vzniklý lák používáme na čalamádu. „Tento lák používám též na cibulky, květák a okurky, ale do každé litrové sklenice napočítám koření. Na cibulky a květák: 5 ks nového koření, 7 ks celého pepře, 3 ks hřebíčku, 1,5 ks bobkového listu, malý kousek celé skořice, lžičku hořčičných semínek a do sklenice s okurkami ještě: 2 kolečka cibule, 2 kolečka mrkve, kopr, saturejku. Můžeme též přidat křen nebo feferonku,“ píše autorka receptu

Jana Peterová z Liberce

127. KVĚTÁK V OCTOVÉM NÁLEVU

Zálivka: 0,75 l vody, 3 l octa, 30 g soli, 10 g cukru, 2 bobkové listy, půl lžičky hořčičných semínek, několik zrněk celého pepře, sníťka šalvěje

Květák předvaříme 4 minuty v okyselené vodě, necháme vy-

chladnout a narovnáme do sklenic. Proložíme kořením a zalijeme zá-
lívku. Zavíčkujeme a sterilujeme
40 minut při 100 °C.

Olga Tvaročková, Kuřim

128. PAPRIKY V OCTOVÉM ROZTOKU

**Zálivka: 4/5 l vody, 1/5
l octa, 1 lžíce soli**

Vyprané a očištěné papriky za-
suneme do sebe jako kornoutky.
Naplníme do sklenic a zalijeme
mírně kyselým roztokem. Zavíčkuj-
eme a sterilujeme 20 minut při
85 °C. Používáme je do salátů,
k plnění nebo na lečo.

Dana Kučerová, Slavkov

129. ŠÁHOŽEHAN CUKÍNA – STERILOVANÁ POMAZÁNKA NA TOPINKY

Větší cukíny (4000 g), 750 gra-
mů česneku, 500 g rajčat (nebo
210 gramů rajčatového protlaku),
4 větší cibule, asi 6 polévkových
lžic olivového nebo slunečnicové-
ho oleje, čajová lžička mletého
chilli, půl čajové lžičky muškátov-
ého květu, polévková lžíce soli

V troubě na sucho upečené cukí-
ny podélně rozkrojíme a dužinu ze
slupky lžící vybereme do mísy. Přidá-
me spařená a oloupaná rajčata
nebo protlak a směs rozmixujeme
nebo přepasírujeme. Dodáme na
drobno pokrájenou cibuli, krátce
na oleji osmahnutou „do sklovita“,
přimícháme česnek utřený se solí
a koření a dokonale promísíme.

Plníme do skleniček, zavíčkuj-
eme a sterilujeme 30 minut při
85 °C. Topinky před opékáním ne-
bo smažením nesolit!

Ing. Jindřich Skolek, Plzeň

130. CUKÍNY – POLOTOVAR STERILOVANÝ VE SLANÉM NÁLEVU

Vzhledem k vysoké plodnosti
cukín se někdy stane, že při nejlep-

ší vůli nejsme schopni momentálně
nadúrodu ihned zpracovat přímo
v kuchyni nebo na různé sterilova-
né dobroty a plody cukín nám pře-
rostou na větší velikost (třeba na
délku 50 cm). V této velikosti se
cukíny výborně hodí pro přípravu
různých pomazánek na topinky ne-
bo k nadívání po odstranění jadřin-
ce.

Je však dobré pamatovat také na
zimou:

Dobře omyté a neloupané plody
cukín podélně rozřízneme, odstra-
níme jadřinec a upravíme jejich ve-
likost tak, aby se s nimi dobře ma-
nipulovalo (překrojením na
čtvrtiny apod.). Nastrouháme je na
hrubém struhadle a napěchujeme
do sklenic. Na povrch nasypane
čajovou lžičku přípravku Deko,
který jsme na sítku zbavili koření,
dolijeme opatrně vodou. Pak do
obsahu hluboko zasuneme nůž,
který mírně pootočíme (aby se od-
stranil vzduch a nálev pronikl až ke
dnu), doplníme vodou, zavíčkuj-
eme a sterilujeme 30 minut při
85 °C. Takto připravený polotovar
se před použitím nechá dobře od-
kapat na cedníku a je nutné počítat
s jeho mírně slanou chutí, kterou
vnese do pokrmu.

Ing. Jindřich Skolek, Plzeň

131. SLADKOKYSELÉ CUKÍNY, OKURKY ČI COKOLI JINÉ PO PLZEŇSKU

**Na láhev obsahu 1 litr potřebu-
jeme:**

2 bobkové listy, 5 až 10 kuliček
pepře, 1 kuličku nového koření,
1 až 2 hřebíčky, trochu hořčičné-
ho semínka, několik plátků mrk-
ve, dvě kolečka příčně krájené
cibule, snítka čerstvého kopru, ča-
jovou lžičku přípravku Deko, 5
tabletek cukerinu (Diaspon nebo
Dianer 110 T – 1 tabl. = 1 kost-
ka cukru), 0,1 litru 8% octa, vo-
du

Na dno sklenice vložíme bobko-
vý list a kopr a poskládáme naklá-
danou zeleninu, kterou proložíme
cibulí a mrkví. Pak přidáme koření,
cukerin, deko i ocet a doplníme te-
plou vodou z vodovodu. Zavíčkuj-
eme a sterilujeme 30 minut při
85 °C.

Při použití menší sklenice je nut-
no snížit dávku cukerinu a octa,
např. pro láhev obsahu 0,72 l na 3
až 4 tablety cukerinu a 0,07 l octa.
Pro dosažení rozlišnosti chutí je
možno přidávat i jiné druhy koření,
jako je např. jalovec, ale také fefe-
ronku či lusk papričky chilli, nebo
na plátky krájený křen.

Tento způsob je výhodný pro
svoji jednoduchost a rychlost prá-
ce, není nutné předem připravovat
nálev a výsledek práce je překvapi-
vě výborný.

Ing. Jindřich Skolek, Plzeň

132. CUKÍNA À LA ČÍNA

3000 g mladé cukíny (velikosti
nejlépe do 30 cm délky), jeden
balíček sádla (250 gramů),
1000 g cibule, 1 lahvička sójové
omáčky (390 g), 2 sáčky koření
Vegeta speciál (160 g), 2 větší
konzervy (po 210 g) rajského
protlaku, 1 až 2 čajové lžičky
mletého koření chilli, 1 sáček
mletého zázvoru (25 g), 3 palice
česneku

Omytou a neloupanou cukínu
nakrájíme na drobné kostky. Na
sádle lehce do sklovita osmahneme
na drobno nakrájenou cibuli, při-
dáme cukínu, koření, na plátky na-
krájený česnek, sójovou omáčku
a vegetu a na mírném ohni dusíme
asi 30 minut. Nakonec přidáme raj-
ský protlak a ještě asi 5 minut po-
dusíme.

Ještě horké plníme do nahřátých
skleniček (nejlépe od dětských
ovocných přesnídávek obsahu 205
gramů), ihned uzavíráme víčky a
sterilujeme při 85 °C asi 20 minut.

Cukína po čínsku je výborná při-
sada do masových štáv před do-
končením nebo do guláše apod.
Dodává pokrmu plnou pikantní
příchuť, aniž by přehlušovala cel-
kový chuťový záměr. Nehodí se
však jako příloha k pokrmům na jí-
delním stole, protože obsahuje sád-
lo.

Ing. Jindřich Skolek, Plzeň

133. ČATNY

1000 g zelených rajčat, 2500
gramů cibule, 2500 g jablek, 2
stroužky česneku, 2000 g krysta-

lového cukru, 1 lžička soli, 2 dl octa, 1 lžička mletého pepře, 1 lžička mletého nového koření, 1 lžička zázvoru, 1 lžička koření chilli

Rajčata pokrájíme, rozmixujeme nebo rozemeleme, vaříme do zhoustnutí. Propasírujeme, přidáme cukr a ostatní přísady, opět vaříme do husta a ihned plníme do malých skleniček. Zavičkujeme a obrátíme dnem vzhůru. Podáváme k uzeninám, smaženým masům apod.

Táňa Brabcová, České Budějovice

134. ČATNY Z CUKÍN

3000 g jablek (nemusí být úplně zralá), 3000 g mladé cukíny (velikosti nejlépe do 30 cm délky), 2000 gramů cibule, 500 gramů česneku, 1000 g pískového cukru, 1 litr 8% octa, 2 sáčky rozinek, 2 sáčky (50 g) mletého zázvoru, 1 sáček (80 g) koření Vegeta speciál, 2 čajové lžičky mletého koření chilli, 4 čajové lžičky mletého koření curry

Neloupaná jablka rozčtvrtíme, zbavíme jadřinců a nastrouháme na jemno. Podlijeme trochou vody, přidáme nakrájenou cibuli a na jemné plátky nakrouhaný česnek a dusíme tak dlouho, až se jablka zcela rozpadnou na pyrě. Pak přidáme omytou, neloupanou cukínu, pokrájenou na drobné kostky, přidáme ocet a na mírném ohni dusíme asi 20 minut. Pak přidáme rozinky, cukr a koření a po dobrém promíchání dusíme ještě asi 10 minut. Ještě horké plníme do předehřátých skleniček (výhodné jsou skleničky od dětských ovocných přesnídávek obsahu 205 g) a pak sterilujeme při 85 °C asi 20 minut.

Čatny se v naší kuchyni uplatňují buď jako pikantní příloha zajímavé chuti k pokrmům na jídelním stole, nebo jako přísada k ochucení šťávy pod maso těsně před dokončením.

Ing. Jindřich Skolek, Plzeň

135. RAJSKÁ JABLKA VE VLASTNÍ ŠTÁVĚ

Malá tvrdá rajčata naskládáme do sklenic a zalijeme protlakem

z vylisovaných zralých rajčat. Množství záleží na našich možnostech. Sklenice zavičkujeme a sterilujeme 30 minut při 90 °C. Celých rajčat používáme na salát, z protlaku děláme polévky a omáčky.

Kateřina Vránová,
České Budějovice

136. RAJSKÁ JABLKA V OCTOVÉM NÁLEUVU

0,5 l vody, 0,5 l octa, 10 g soli

Zelená nebo červená pevná rajčata jemně propícháme, narovnáme do sklenic a zalijeme zchladlým převařeným roztokem. Můžeme přidat i koření: hořčičné semínko, celý pepř, bobkový list. Druhý den roztok slijeme, znovu převaříme, horké zavičkujeme a obrátíme dnem vzhůru. Nesterilujeme.

Oldřich Vaněček, Opava

137. SALÁT Z ČERVENÉ ŘEPY

Do kilové sklenice se vejde 800 gramů řepy

Roztok: na 0,5 l octa a 0,75 litru vody přidáváme 50–100 g cukru, 30 g soli, lžiči fenyklu, 1 kořen křenu

Omytou řepu vaříme 1–2 hodiny doměkka. Pak ji oloupeme, nakrájíme vroubkovaným nožem na plátky 3 mm silné, vrstvíme do sklenic, prokládáme na kolečka krájeným křenem a prosypáváme fenyklem. Zalijeme osoleným, oslazeným octem tak, aby byla zcela ponořena. Sklenice dobře povážíme - vydrží v chladné místnosti 3 měsíce. Chceme-li ji uchovat déle, sterilujeme ji 30 minut při teplotě 100 °C.

Anežka Popelářová, Dačice

138. SALÁT Z TYKVÍ

0,75 l vody, 0,25 l octa, 100 gramů cukru, 30 g soli, 2 cibule, 5 zrněk pepře, 3 kuličky nového koření, lžička hořčičných semínek, 2 bobkové listy, 2 hřebíčky

Na kostky nakrájená tykev se prosolí a nechá se přes noc. Druhý den ji narovnáme do sklenic, proložíme cibulkou a zalijeme vychladlým kořeněným octem. Sklenice zavičkujeme a sterilujeme 35 minut při 100 °C.

Jan Šimek, Plzeň

139. CELEROVÝ SALÁT

1 až 1,5 kg cibule a celeru. Oboje očistíme, celer rozkrojíme na čtyři díly, nakrájíme na plátky. Vrstvíme jeden díl celeru a na něj na kolečka nakrájenou cibuli. Přidáme několik zrněk pepře, nového koření a bobkový list. Vrstvy střídáme, až se sklenice zaplní. Zalejeme sladkokyselým nálevem a vaříme asi 3/4 – 1 hodinu velmi pomalu a nemícháme. Co se nespotebuje, vydrží ve sklenici i několik dní. Můžeme i sterilovat běžným způsobem. Rodinný recept od své prabáby nám svěřila

Marta Nováková z Pardubic

140. KAPIE VE SLADKOKYSELÉM NÁLEUVU

Omyté papriky podélně rozkrojíme a odstraníme jadřince. Do sklenice nalijeme lžičku oleje, plody úsporně skládáme a prokládáme kolečky cibule. Přidáme celý pepř, nové koření a bobkový list, zalijeme procezeným nálevem z Novy, Novy Dia, sklenice zavičkujeme a sterilujeme 30 minut při 85 °C. Papriky můžeme také nakrájet na širší proužky. V tom případě je sterilujeme jen 20 minut.

Oldřich Nejezchleb, Praha 1

141. CUKÍNY JAKO OKURKY

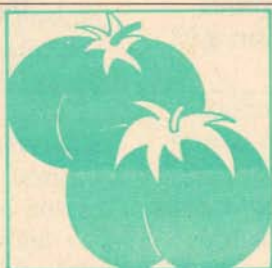
Velké cukíny oloupeme, zbavíme jader, nakrájíme na řezy, prosolíme a necháme v porcelánové nebo kameninové nádobě do druhého dne. „Vypocená“ voda se sleje. Druhý den řezy zalejeme octovou zálivkou (2 díly vody + 1 díl octa) a v této zálivce řezy opět necháme do druhého dne. Poté opět octovou vodu slejeme, přidáme do ní nové koření, pepř, bobkový list,

hřebíček, hořčičné semínko a cukr podle vlastní chuti. Zálivku přivedeme do varu a po částech přidáváme řezy, trochu povaříme (ne

příliš, aby jen změkly), dáme do sklenic, zalijeme zálivkou a povážeme celofánem. Po čtrnácti dnech je můžeme jíst. „Tento recept je od

mé prababičky a protože nám všem chutná, chci se o něj s vámi podělit,“ píše

Michaela Svatošová z Prahy 8



KEČUPY

142. DOMÁCÍ KEČUP

2000 g vyzrálých rajčat, **250 g** jablek, **250 g** cibule, **200 g** cukru, **2** lžíce soli, $\frac{1}{8}$ l octa, na špičku nože zázvoru a muškátového oříšku, **2** bobkové listy, **8** ks nového koření, **16** kuliček pepře, **4** hřebíčky, **půl** lžíce skořice, **2** lžíce sladké papriky, **2** feferonky nebo špetku pálivé papriky

Zeleninu očistíme, rozvaříme a propasírujeme nebo rozmixujeme. Slejeme do skleniček a sterilujeme 20 minut při teplotě 80 °C. „Protože kečup je v naší prodejně stále úzkoprofilový, posílám recept, který je nenáročný a velice chutný. Z předepsané dávky budete mít 10 skleniček od dětské výživy, kečup je chutnější než z obchodu,“ radí autorka receptu

S. Vintrová z Bechyně

143. KEČUP PIKANTNÍ

3000 g rajčat, **700 g** paprik, **0,3 l** octa, **8** větších cibulí, **15** kuliček nového koření, **15** hřebíčků, **1** lžíce soli, **lžíce** pálivé papriky, **1** lžička mletého koření, **1** lžička zázvoru, **1** balíček sladké papriky (kdo má rád ostré, přidá 8 feferonek), **300 g** cukru, **1** petosa

Zeleninu opereme, očistíme, nakrájíme a ve velkém kastrole vaříme asi hodinu. Potom vyndáme nové koření a hřebíček, směs rozmixujeme, znovu vaříme asi hodinu

na pomalém ohni a mícháme. Nakonec rozvaříme v kečupu cukr smíchaný s petosou nebo pektogelem. Plníme do skleniček od dětské výživy nebo od kečupů, zavíčkuje-me a sterilujeme obvyklým způsobem. Dobrou chuť vám přeje

Z. Repíková z Habartova

144. JUGOSLÁVSKÝ „KEČUP“

V Jugoslávii jsem odkoukala od zkušených turistů, že si polévají neochucená kolečka okurky krásně červenou chutnou „omáčkou“. Originální lahvičku jsem si přivezla a doma zkoušela a porovnávala tak dlouho, až jsem docílila chuti i barvy originálu, jen poněkud hrubší konzistence. „Kečup“ vydržel dva roky, otevřený v lednici týden.

250 g červených sladkých paprik, **250 g** červených rajčat, **1,5** kávové lžičky octa, **2,5** kávové lžičky soli, **1** tableta sacharinu

Vše dobře rozmixovat a sterilovat v malých skleničkách 25 minut při 80 °C doporučuje autorka receptu

F. Cenková ze Vsadska u Přerova

145. KEČUP NA TOPINKY

200 g červených rajčat, **1000 g** cibule, **1000 g** paprik, **3** lžičky soli, **půl** láhve stolního oleje, **0,2 l**

octa, 150 g cukru, **10** feferonek, **1** malá hořčice

Zeleninu omyjeme, nakrájíme, podusíme s octem, olejem, přidáme hořčici, cukr a sůl. Vše ještě mírně povaříme, horké plníme do skleniček, zavíčkuje-me a obrátíme víčkem-dolů. Necháme vychladnout.

M. Šemberová, Uherský Ostroh

146. RAJČATOVÝ KEČUP

4000 g zralých rajčat, **500 g** kyselých jablek, **500 g** cibule, **0,25 l** octa, **2** kávové lžičky mleté skořice, **půl** lžičky hřebíčku, **2** lžíce soli, **půl** lžičky sladké papriky, **300 g** cukru, **1** lžička bílého pepře, **3** lžičky hořčičných semínek, **6** kuliček nového koření, **špetka** zázvoru, **půl** strouhaného muškátového oříšku

Rajčata, cibuli, a jablka opereme, nakrájíme a rozvaříme. Přepasírujeme, přidáme koření a vaříme do zhoustnutí. Pak přidáme cukr a ještě povaříme. Přecedíme, dáme do sklenic a sterilujeme při teplotě 100 °C 15 minut.

V. Mojžíšová, Vizovice

147. ORIENT HOT KEČUP

0,5 litru vody, **500 g** mladé cukíny, **400 g** rajčatového protlaku, **4** polévkové lžíce plnotučné hladké hořčice, **2** polévkové lžíce ostré francouzské hořčice, **4** polévkové lžíce sójové omáčky, **2** po-

lévkové lžíce worcestrové omáčky, 4 polévkové lžíce pískového cukru, půl polévkové lžíce soli, 1 čajová lžička muškátového květu, 2 čajové lžičky mletého chilli, 3 lžíce 8% octa

Množství koření chilli určuje stupeň ostrosti kečupu a lze je samozřejmě upravit podle osobní chuti nebo je zcela vynechat.

Cukínu pokrájíme na menší kousky a spolu s tekutými přísadami zcela rozmixujeme. Přidáme cu-

kr a sůl a na mírném ohni vaříme za částečného míchání 30 až 40 minut. Plníme do kečupových lahví a po jejich uzavření sterilujeme 25 minut při 85 °C.

Ing. Jindřich Skolek, Plzeň



PASTY A PROTLAKY

148. PAPRIKOVÁ PASTA

1000 g papriky (zelené i červené), 1000 g rajčat, 1000 g cibule, 250 g feferonek, 10 polévkových lžic octa, 2 polévkové lžíce krystalového cukru, 2 polévkové lžíce nakládače Deko, 0,1 l oleje

Vše nakrájíme, promícháme a rozemeleme na masovém mlýnku. Přidáme olej a vaříme 30 minut. Mícháme, aby se hmota nepřipálila. Horké dáváme do malých skleniček a sterilujeme běžným způsobem. Hodí se na pizzu, do pomazánek, jako přídatek do gulášů a roštěnek.

Marie Havlíčková,
Ostrava-Poruba

149. PAPRIKOVÝ PROTLAK

„Červené papriky, které nemohu normálně upotřebit, protože mají třeba poškozenou dužinu nebo jsou deformované, zužitkuji na paprikový protlak, který v době nedostatku papriky velice dobře nahradí normální mletou červenou papriku. Dužinu papriky nakrájím na jemné kousky, dám do kastrolu a podleji vodou. Nechám rozdušit do měkka. Potom papriky rozmixuji a dám znovu vařit. Vařím tak dlouho, až je protlak hustý tak jako kečup. Žádné koření ani jiné přísady do

paprikového protlaku nedávám. Plním do skleniček od dětské přesnídávky, horké zavíčkuji, obrátím a nechám vychladnout. Takto připravený protlak uchovávám v chladnu a používám jej do polévek a gulášů, kterým dodává nejen krásnou barvu, ale i dobrou chuť.“

Z dopisu Zuzany Dufkové,
Tišnov

150. DOMÁCÍ RAJSKÝ PROTLAK

Dobře vyzrálá rajčata, nepopraskaná, opereme, dáme do vařící vody a podle velikosti vaříme 1–2 minuty. Necháme okapat a hned propasírujeme. Protlak je hustý i bez zdlouhavého vaření a má pěknou, jasně červenou barvu. Horký protlak plníme do skleniček a sterilujeme 15 minut při 85 °C.

M. Intribusová, Bratislava

151. PASTA ZE ZELENÝCH RAJČAT

2000 g zelených rajčat, 500 g jablek, 400 g cibule, 200 g cukru, 80 g soli, lžička mletého pepře, 0,1 l octa, 4 lžíce jemně strouhaného křenu

Dobře omytá zelená rajčata oloupáme, rozkrájíme na menší

kousky, přidáme polovinu soli a necháme stát přes noc. Druhý den slijeme šťávu z rajčat. Oloupaná jablka zbavená jadřince a oloupanou cibuli umeleme spolu se zelenými rajčaty na masovém strojku. Přidáme zbytek soli, cukr, ocet a pepř. Tuto směs vaříme pomalu asi půl hodiny do zhoustnutí. Nakonec přidáme jemně ustrouhaný křen a dobře zamícháme. Plníme do sklenic, uzavřeme víčkem. Pastu používáme jako přílohu k masům, ve studené kuchyni místo kečupu, případně pro speštění chuti různých masových šťáv.

M. Boková, Přelouč

152. RAJSKÝ PROTLAK NA OMÁČKU

2000 g rajčat, 250 g nakyslých jablek, 250 g cibule, 150 g cukru, 1/8 l 8% octa, 1 lžíce soli, 1 lžička skořice, 1/4 lžičky mletého hřebíčku, 1/4 lžičky sladké papriky

Rajčata a jablka pokrájíme na kousky, necháme rozvařit, prolisujeme, přidáme ocet, cukr a vaříme do zhoustnutí. Nakonec přidáme koření. Zavařujeme do malých skleniček pod víčka.

Z. Malcová, Hradec Králové

153. PALIVEC Z RAJČAT

1000 g rajčat, 1 větší cibule — nakrájíme na kostičky, povaříme asi půl hodiny, prolisujeme nebo rozmixujeme. Přidáme 1 dl 8% octa, 1 dl cukru, vaříme na hustotu marmelády. Před dokončením přidáme 1 kávovou lžičku kaři koření, 1,5 lžičky mletého zázvoru, 1,5 lžičky pálivé papriky, 1 polévkovou lžici soli, 6–10 stroužků česneku prolisovaných nebo drobně pokrájených. Necháme krátce přejít vařem. Plníme do malých skleniček, zavíčkujeme a sterilujeme.

Z. Malcová, Hradec Králové

154. KONZERVA K PŘÍPRAVĚ PLNĚNÝCH PAPRIK

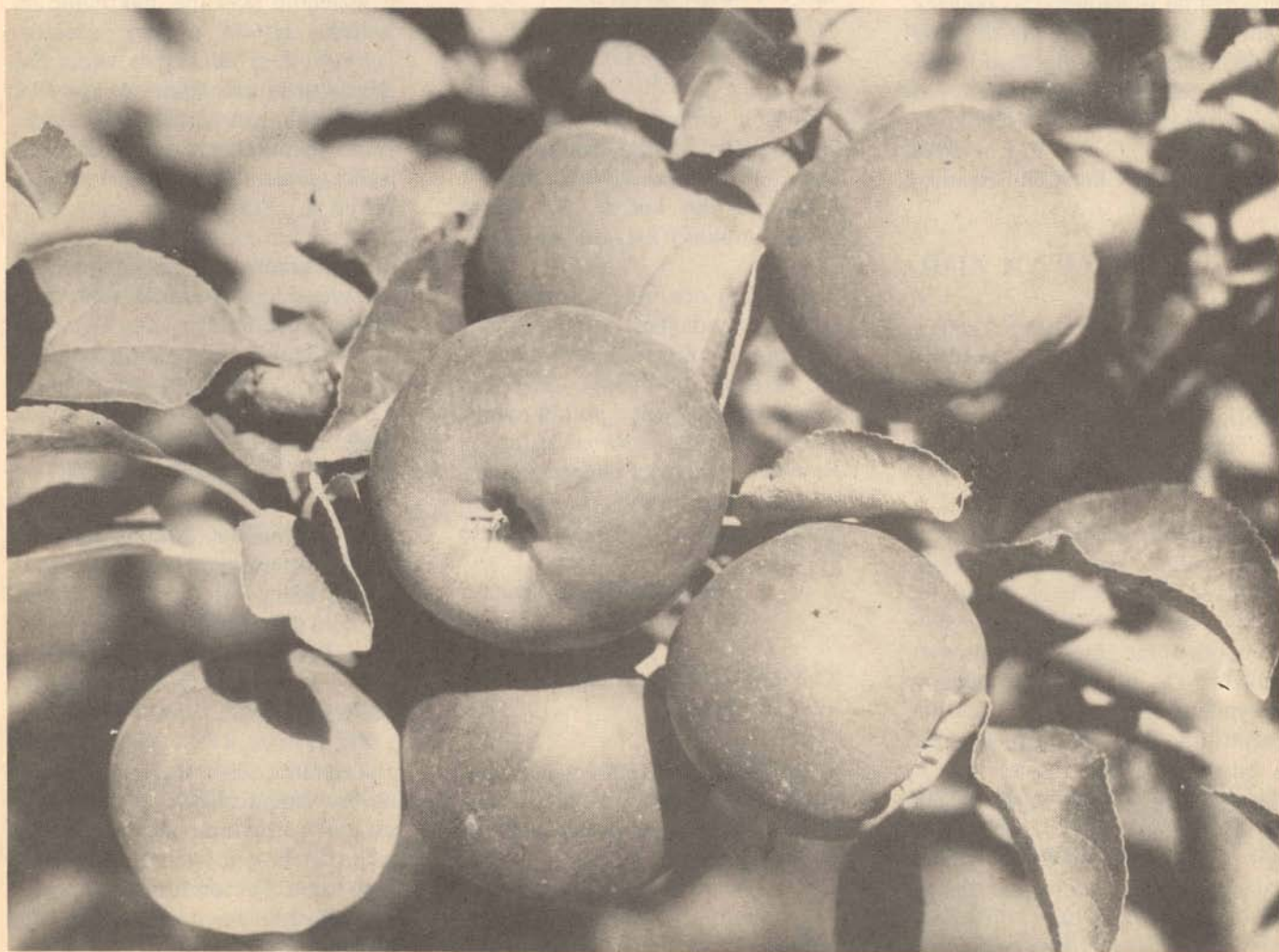
1000 g rajčat, 1 dl 8% octa,
50 g cukru, 30 g soli

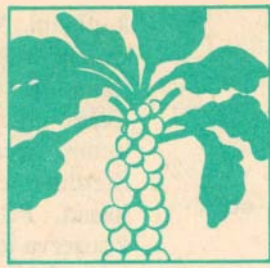
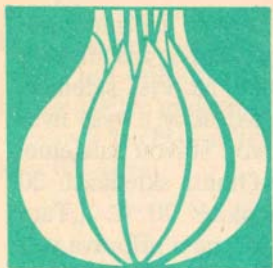
Rajčata nakrájíme a rozvaříme se solí, octem a cukrem, po rozvaření propasírujeme a touto šťávou zalejeme papriky.

Vybereme si papriky hodící se

k plnění. Vykrojíme jadřinec, necháme lusky vcelku a zasunujeme jednu do druhé na výši sklenice. Dáme do zavařovačky a výše uvedenou rajčatovou šťávou zalejeme. Sterilujeme v Omnia sklenicích 20 minut. Při teplotě 90 °C. „Tato konzerva je výborná a příprava velmi rychlá, což každá hospodyňka uvítá k přípravě rychlé večeře, zvláště, budou-li v ledničce zbytky pečeně, rýže apod.“ píše autorka receptu

Boh. Petrová z Blanska





ZELENINA DO POKRMŮ

155. ZELENINA V SOLI

500 g karočky, 500 g petržele, hrst celerové a petrželové natě, 1 větší celer, 1 květák (nemusí být), 2 pórký (nemusí být), 750 g cibule, 3 větší hlavičky česneku, 750 g soli

Zeleninu očistíme a umeleme na jemném masovém strojků, smícháme se solí a natlačíme do skleniček od dětské výživy nebo jiných menších skleniček. Uzavřeme víčkem, nebo jen celofánem. Takto připravená zelenina vydrží celou zimu. Používáme ji zejména do polévek, omáček a všude tam, kde se používá zelenina. Předem pokrm nesolíme, protože zelenina je slaná. Dosalíme až závěrem podle chuti.

**F. Curyšová,
Mařatice u Uherského Hradiště**

156. ZELENINA NA ZIMU

200 g mrkve, 200 g celeru, 100 g petržele, 100 g květáku, 100 g kedlubny (může být i gigant), 100 g cibule, 100 g kapusty, 50 g pórků, 40 g petržele a celerové natě a 10 g česneku

Očištěnou zeleninu (počítá se čistá váha) nastroháme nebo umeleme na robotu či mixéru na tuhé potraviny. Kapustu, natě a pórek umeleme na masovém mlýnku. Do postrouhané zeleniny se vmíchá 100 g soli. V kastrole rozpustíme 200 g tuku (olej, sádlo) a zeleninu na něm dusíme asi 30 minut. Horkou zeleninu pěchujeme do čistých sklenic tak, aby nezůstaly vzduchové bubliny. Druhý den zalejeme povrch zeleniny ve sklenici tenkou vrstvou tuku. Povážeme celofánem, nebo přikryjeme starým

víčkem Omnia. Nesterilujeme.

„Snad se vám bude postup zdát složitý, ale zelenina vydrží i rok. Lze ji použít do polévek, gulášů, pod maso (mimo svíčkovou). Běžně dělám z dávky 10 kilo, je to práce téměř na celý den, ale vyplatí se. Vyzkoušíte-li to, provoníte si celý byt a uděláte dobré zásoby na zimu. Zeleninu připravuji asi od poloviny září do začátku listopadu, kdy je vše na trhu,“ radí vám autorka receptu

J. Huříková z Olomouce

157. ZELENINOVÝ PROTĚLAK POD SVÍČKOVOU

1000 g mrkve, 500 g petržele, 700 g celeru, 500 g cibule, 5 lžic soli, 7 lžic cukru, 7 lžic octa, 1 lžička nového koření, 1,5 lžičky pepře, bobkový list, trochu vody

Zeleninu očistíme, nakrájíme na kostičky, podlejeme vodou, přidáme koření, cukr, sůl a ocet a uvaříme opatrně do měkka. Necháme trochu vychladnout a potom rozmixujeme. Hmotu znovu vaříme až zhoustne. Za horka plníme skleničky od dětské výživy, zavíčkujeje a sterilujeme 20 minut při teplotě 90 °C.

D. Menšíková, Praha 6

158. SYROVÁ ZELENINA V SOLI

2000 g mrkve, 1000 g petržele, 500 g celeru, 500 g cibule, 2 paličky česneku, hrst petrželové natě, 500 g soli

Zeleninu očistíme, nakrájíme, semeleme na masovém mlýnku

s větší šajbou. Potom promícháme se solí a naplníme lahvičky, ve kterých směs řádně utlačíme. Takto připravená zelenina se nekazí celý rok.

**J. Chudarová, Borová,
Samotišky**

159. ZELENINA DO SALÁTU

2000 g karočky, 500 g celeru, 500 g petržele, 500 g zeleného hrášku, 1000 g okurek nakladaček

Zeleninu očistíme, nakrájíme na kolečka. Hrášek předem blanšírujeme asi 2–3 minuty ve vařící vodě. Okurku nakrájíme na kolečka. Směs plníme menší skleničky a zaléváme „okurkovým“ nálevem. Ihned zavíčkujeje a sterilujeme 15 minut při 85 °C. Takto připravenou zeleninu odebíráme podle potřeby přímo do bramborového salátu. Běžně stačí sklenička od dětské výživy na porci pro 6 lidí.

F. Holejšovská, Karlovy Vary

160. SLOVENSKÁ ZELENINA V SOLI

2000 g mrkve, 2000 g petržele, 2000 g zelené papriky, 500 g kedlubny, 500 g celeru, 500 g kapusty, 500 g květáku, 450 g cibule, 50 g česneku, svazek petrželové natě, 1 polévková lžíce pepře, 1000 g soli

Zeleninu očistíme, postrouháme na hrubším struhadle, promícháme se solí a uzavřeme do lahví „pod víčko“ nebo s uzávěrem. Sterilovat není třeba. Takto připravenou zeleninu dáváme nejen do polévek, ale také například do bramborových

placek, bramboráku, karbanátku apod. Důležité je pokrm dosolit až po přidání zeleninové směsi.

D. Mitrová, Košice

161. ZELENINA S IVOU

1000 g mrkve, 1000 g petržele, 4 středně velké celeru, 4 stroužky česneku, 5 větších cibulí, svazek petrželové a celerové natě, sůl, iva

Omyjeme a očistíme zeleninu, vše jemně umeleme na mlýnku na maso a zasypeme kilogramem soli. Zvlášť rozpustíme 1000 g tuku Iva. Do tuku nasypeme zeleninu, promícháme se solí a ještě za tepla plníme do sklenic. Okamžitě zavíčujeme, ale nesterilujeme. Takto připravená zelenina je vhodná zejména do polévek a vydrží i několik roků.

S. Halamková,
Vážany nad Litavou

162. DUŠENÁ ZELENINA

450 g celeru, 450 g mrkve, 300 g petržele, 250 g kedlubny, 100 g póru, 150 g kapusty, 450 g cibule, 250 g květáku, 30 g celerové natě, 20 g petrželové natě, 30 g česneku, 250 g másla, 500 g soli

Zeleninu očistíme, umeleme na masovém strojku a půl hodiny dusíme na másle. Teplou naplníme do skleniček, setřeseeme, aby se zbavila vzduchu, povážeme celofánem. Zelenina vydrží i dva roky. Můžeme různé druhy zeleniny zaměnit, nebo nahradit (např. pórek cibulí apod.).

H. Valentová, Zátoň-Dvory

163. ZELENINA DO POLÉVKY

500 g sádla, 500 g petržele, 500 g celeru, 500 g mrkve, 500 g hříbků, 200 g kapusty, 500 g soli, 200 g cibule, 200 g póru, trochu zelené petržele

Všechnu zeleninu umeleme na masovém strojku, potom udušíme na sádle v rendlíku do hněda. Udu-

šenou vložíme do hrnce a povážeme. Zelenina se nekazí, do polévky stačí lžice.

J. Havelová, Praha-Vršovice

164. ZELENINA DO POLÉVKY II

5000 g kořenové zeleniny (mrkev, petržel, celer, koleráb Gigant), 750 g soli

Zeleninu očistíme, nakrájíme jako do polévky, zasypeme solí a dobře promícháme. Necháme 2 hodiny stát. Potom nandáme do zavařovacích sklenic, zbylou šťávu, kterou zelenina pustila, dáme po lžičkách do sklenic, sklenice zavíčujeme a dáme sterilovat na 15–20 minut. Při používání polévku už nesolíme, pouze podle chuti dosolujeme. Po otevření sklenice, když zeleninu celou nespotřebujeme, dáme do chladničky a použijeme příště.

Anna Mlčuchová,
Nové Mesto n/V.

165. MLETÁ ZELENINA (VEGETA)

2000 g mrkve, 1000 g petržele, 500 g kedlubny Gigant, 500 g ci-

bule, 500 g zelí, 250 g celeru, 250 g rajčat, 250 g paprik, 50 g česneku, 1000 g soli, hodně petrželové a celerové natě

Všechny přísady umeleme na masovém strojku, smícháme dohromady a natlačíme do sklenic nebo skleniček, zavíčujeme a dáme sterilovat. Tuto směs můžeme používat na dušené maso, je velmi chutná také do polévek. Nesmíme zapomenout, že zelenina je dosti slaná, takže jídlo pouze podle chuti dosolujeme. Sklenice mohou stát i načaté v chladničce až do úplného spotřebování, píše nám autorka receptu

Anna Mlčuchová,
Nové Mesto n/V.

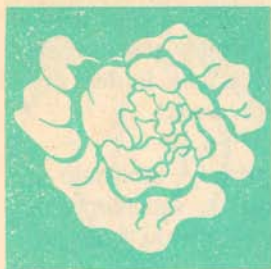
166. POLÉVKOVÁ ZELENINA V SOLI

1000 g mrkve, 1000 g petržele, 400 g celeru, 700 g cibule, 50 g česneku, 150 g celerové natě, 150 g petrželové natě, 750 g soli

Mrkev, petržel, celer po očištění nastrouháme, cibuli, česnek oloupáme a spolu s oběma natěmi drobně nasekáme a vše promícháme se solí. Plníme do malých skleniček.

Marta Sedláčková, Ostrava





ZELENINOVÁ HOŘČICE

167. ZELENINOVÁ HOŘČICE

1000 g zelených rajčat, 1 větší celer, 15 feferonek, 6 větších paprik, 500 g zelí, 2 větší cibule, 180 g cukru, 2 lžičce soli, 2 polévkové lžičce hořčičného semene a 0,25 l octa

Zeleninu nakrájíme na drobno a umeleme. Přidáme sůl, cukr, hořčičné semínko a dusíme 20 minut. Potom přidáme ocet a dusíme ještě 5 minut. Horké plníme do sklenic, zavíčkuje a sterilujeme při teplotě 80 °C asi 15–20 minut.

„Tento recept je zaměřen na zpracování rajčat, která už nestačila dozrát, mohou se zužítkovat dokonce i ta, která už „přešla mrazíkem“. Osvědčilo se mi plnění do skleniček od dětských přesnídávek, protože obsah rychleji spotřebujeme. Otevřenou skleničku s hořčicí uchováme v chladničce. Hořčici používáme k uzeninám, výborná je na topinkách se šunkou a nebo jako část oblohy k přírodním řízkům,“ vzkazuje vám autor receptu

Jiří Ostrý z Olomouce

168. HOŘČICE Z RAJČAT

2000 g zralých rajčat, 1500 g červených paprikových lusků, 500 g cibule, 2 palice česneku, 1 dl octa, 1 dl oleje, 2 feferonky (podle chuti), sůl

Papriky zbavíme semen, vše opereme. Rajčata i papriky semeleme na masovém strojku, přidáme umletou cibuli a česnek, smícháme s octem, olejem a podle chuti osolíme. Protlak vaříme na mírném ohni do zhoustnutí. Plníme do

menších skleniček, zavíčkuje a sterilujeme při 80 °C asi 20 minut. Tato dávka stačí na 12 skleniček od dětských přesnídávek.

„Tuto zeleninovou hořčici používáme k uzeninám, masům, ale i jako doplněk pod dušená syrová masa, restovaná masa. Je to velice výborná pochutina pro celou rodinu a používáme ji místo hořčice, protože si myslíme, že je zdravější,“ píše nám autorka receptu

J. Kaimlová
z Jindřichova Hradce

169. ZELENINOVÁ HOŘČICE ZE ZBYTKŮ

500 g zelí, 500 g nezralých rajčat, 8 paprik, 5 feferonek (kdo nemá rád ostré, dá méně), 2 velké cibule, 1 velký celer, 2 kořeny křenu, 1 malá lžička hořčičného semene, 1 polévková lžičce soli, 150 g cukru, 0,25 l octa

Všechnu zeleninu opereme, očistíme a pomeleme na masovém strojku. Přidáme cukr, sůl, hořčičné semeno, promícháme a vaříme na mírném ohni 15 minut. Potom přidáme ocet a vaříme ještě 5 minut. Plníme do malých skleniček a sterilujeme při 80 °C 20 minut.

„Recept na využití zbytků zeleniny na podzim jsem dostala od sousedky a hořčice je tak výborná, že ji už dělá polovina vesnice. Hodí se ke chlebu s máslem, k párkům, na ozdobu obložených mís a nebo k přípravě jakéhokoliv masa. Kdo má rád pikantní přílohy, tomu bude hořčice určitě chutnat,“ vzkazuje autorka receptu

A. Diblíková
z Hrabové u Zábřehu n. M.

170. PIKANTNÍ HOŘČICE

2000 g rajčat (zelená i červená), 500 g zelených paprik, 4–5 feferonek, 1 velká kořenová petržel, pár snítek nati, 1 velký celer, 1 lžičce hořčičných semen, 3 velké cibule, 3 velká jablka, 1/3 kávové lžičky pepře, sůl, cukr a ocet podle chuti

Zeleninu očistíme, na drobno pokrájíme, podlejeme vodou a rozvaříme. Druhý den rozmixujeme, podle potřeby propasírujeme. Ochutíme octem, solí a cukrem. Plníme do malých skleniček a sterilujeme 20 minut při 90 °C.

J. Kubů, Praha 4

171. CUKETOVÁ HOŘČICE

2000 g cuket, 1 palice česneku, 2 feferonky, 0,1 l octa, 0,25 l oleje, 130 g cukru, 80 g soli, 2 lžičky mletého pepře, 1 středně velká plnotučná hořčice

Cukety oloupeme, nakrájíme a vaříme s ostatními přísadami asi hodinu. Potom vše rozmixujeme, ještě přepasírujeme přes síto a horké plníme do sklenic. Zavíčkuje a běžným způsobem sterilujeme.

Manželé Burianovi, Tišnov

172. OSTRÁ HOŘČICE

1000 g rajčat, 1000 g paprik, 1 palička česneku, 130 g cukru, 80 g soli, 2 lžičky mletého pepře, 1 plnotučná hořčice, 0,1 l octa, 0,25 l oleje, podle chuti 2–3 feferonky

Zeleninu omyjeme, očistíme, z paprik vyjmeme semena, česnek

oloupeme a nakrájíme. Vše smícháme a vaříme ve větším kastrolu asi hodinu. Potom rozmixujeme, propasírujeme sítím a za horka plníme do nahřátých sklenic. Sterilujeme běžným způsobem, nebo můžeme obrátit sklenici po naplnění a uzavření víčkem dolů a v této poloze necháme vychladnout.

Manželé Burianovi, Tišnov

173. PAPRIKOVÁ HOŘČICE

3000 g červené papriky, nejlépe kapie, 2000 g cibule, 15 malých feferonek (pokud máte radši méně ostré, stačí 10). Zeleninu očistíme,

papriky zbavíme semen a cibuli oloupeme. Vše pomeleme na jemném masovém mlýnku (jemná šajba). Přidáme 1 balíček koření Vegeta speciál, 1 deko na okurky, 1 sklenici stolního oleje, 200 g cukru krystalového, 0,3 l octa. Směs vaříme na mírném ohni asi 10 minut, horké plníme do skleniček, zavíčkuje. Dáme do zavařovacího hrnce a zahříváme tak dlouho, až teplota vystoupí na 100 stupňů. Potom odstavíme a necháme vychladnout.

„Tato směs se po otevření nemusí ihned spotřebovat, vydrží i několik měsíců a vůbec se nekaží,“ podotýká autor receptu

I. Kuňka z Místřic

174. HOŘČICE Z ČERVENÉHO ZELÍ

500 g červeného zelí, 500 g zelených rajčat, 6 paprik, 8 feferonek, 2 cibule

Vše za syrova umeleme na masovém strojku, potom přidáme 150 g cukru, lžici soli, 2 lžičky hořčičného semínka. Vaříme 20 minut a potom přidáme ¼ l octa a vaříme ještě 5 minut. Horké plníme do skleniček a 15 minut sterilujeme. „Je to výborná pomazánka k masu, nebo i jen tak na chleba s máslem,“ tvrdí autorka receptu

A. Fröhlichová z Liberce 30





KONZERVACE ŘEDKVIČEK

175. ŘEDKVIČKY À LA OKURKY

Libovolné množství ředkviček zbavíme horní slupky. Necháme vařit vodu a do vařící vhodíme ředkvičky. Větší lze rozpůlit. Necháme 3–4 minuty vařit. Pak scedíme a dáme do sklenic o obsahu 0,3 l. Na dno sklenice dáme, stejně jako u zavařování okurek, cibuli a mrkev. Kopr dáme vyvařit do nálevu. Používáme nálev jako na okurky, podle chuti. Nakonec ředkvičky zalejeme nálevem a zavařujeme stejně jako okurky.

Z. Bernátková, Krnov

176. ŘEDKVIČKY NA DVA ZPŮSOBY

Ještě nepřerostlé ředkvičky umyjeme, případné „kazy“ na slupce vyřezáme. Slupku většinou ponecháme, ale může se i oloupat. Větší ředkvičky překrojíme na čtvrtky, menší na poloviny. Kontrolujeme, zda jsou uvnitř zdravé. Do skleniček rovnáme ředkvičky a kolečka cibule, může se přidat i mrkev a kopr. Zalejeme nálevem a sterilujeme. Pokud chceme mít ředkvičky „křupavé“, stačí sterilovat 5 minut od bodu varu, pokud chceme měkké, dobu prodloužíme na 20 minut.

Nálev: I. způsob: Použijeme deko, novu, dia novu nebo jiné nálevy, případně tzv. Zahradnickou směs

II. nálev: Na 7 dl zavařovací sklenici: 4 zrnka pepře, 4 kuličky nového koření, 4 tablety spolarinu, 1 malou lžičku soli, 0,1 l octa 8%, dolejeme studenou vodou a sterilujeme.

„Ředkvičky jsou vhodné ke konzumaci za měsíc,“ píše autorka receptů paní **D. Olčárová z Martina-Priekopy.** Jedinou nepříjemnou věcí se zdá být aróma, které každý nesnáší. Proto otevírám sklenici o něco dřív, než je třeba, aby „vůně“ vyprchala.“

177. ŘEDKVIČKY „DO TŘETICE“

„Kdybych nakládal ředkvičky tak, jako paní Bernátková, strávil bych tím nekonečně mnoho času. Já nakládám ředkvičky jarní i podzimní. Vybírám pouze odrůdy červené, nebo červeno-bílé (nejvíce se okurkám podobají podlouhlé červeno-bílé odrůdy). Ředkvičky pořádně operu pod tekoucí vodou, odřežu zbytek zeleného místa po listové části, na opačné straně kořen a ihned skládám do láhve

s kouskem mrkve a cibule. Nálev je přesně takový, jaký jsem zvyklý používat do okurek. Pak sklenici zavíčkuji a steriluji 20 minut při 80 °C. Ředkvičky časem pustí ze slupek svoji červenou barvu, kterou se obarví nejen „lák“, ale také vnitřní část ředkvičky. Takže na řezu má krásnou růžovou barvu, což je důležité pro zkrášlení chlebičků, studených mís a podobně. Ředkvičky jsou krásně chrupavé a kromě barvy je jen málo znatelný rozdíl mezi plátkem okurky a ředkvičky.

Úplně náhodou jsem přišel na to, jak se zbavit „zápachu“. Když se otevře sklenice s ředkvičkami, je cítit „zápach“ podobný jako z kvašeného zelí. Někomu tento zápach vadí. Pokud k nám má teď přijít návštěva, které chceme dát ředkvičky jako přílohu, stačí když přibližně 3–4 dny před tím sklenici otevřeme. Po sundání zavařovacího víčka je zase na sklenici přitlačíme, ale pouze rukou. Takto „otevřená“ sklenice nejdou ve spíži vůbec cítit a přesto zápach zmizí. Po 3–4 dnech cítím pouze vůni nálevu, tak jako u okurek. Takže vám přeji dobrou chuť, píše

Luděk Stryje
ze Zábřehu na Moravě





KONZERVACE ZELÍ

178. ZELÍ PO STAROČESKU

„Posílám vám svůj recept, už je velice starý. Já dělám zelí do toho velkého kamenného hrnce, do kterého se vejde čtyřicet až padesát kilo,“ začíná svůj kouzelný dopis paní Marie Novotná z Bruntálu. Její recept je opravdu hodně starý a snad se vám podaří podle něj letos připravit skutečně takové zelí, jaké se dělávalo kdysi dávno . . .

40–50 kg zelí, 3 kg cibule, velký talíř strouhaného křenu, dva sáčky kmínu, půl kila soli a tři kilogramy jablek nakrájených na čtvrtky, svazek kopru. Vrchní listy od zelných hlávek nevyhazujeme, opereme je, protože je budeme potřebovat.

Hrncem dobře omyjeme. Na dno dáme svazek kopru a zakryjeme listy ze zelí. Potom už dáváme vrstvu krouhaného zelí, posypeme cibulí, křenem, kmínem se solí. Na vrstvu dáme pár kousků jablek. Zасыпeme novou vrstvou krouhaného zelí a postup se opakuje. Tak vrstvíme a šlapeme (nebo tlučeme dřevěným tloučkem) zelí, až je hrncem plný. Během šlapání odebíráme přebytečnou šťávu. Když je hrncem plný, dáme nahoru kousek kopru a znovu přikryjeme zelnými listy. Pokud není v hrnci dostatek vody, přilejeme trochu vlažné vody, protože zelí musí být stále pod vodou. Necháme v teple asi tři týdny a teprve potom přeneseme do chladna. Když je zelí v hrnci našlapané, přikryjeme hrncem deklek a do žlábků nalijeme vodu. Po vykvašení prý budeme vzpomínat na staré recepty našich babiček v tom nejlepší . . .

179. ZELÍ „PO PREŠOVSKU“

50 kg zimního zelí, 5 kg mrkve, 1 kg petržele, 1 kg celeru, 3 kg jablek (nejlépe jonatanů), 2 kg cibule, 300 g kuchyňské soli, 1 balíček kmínu, 5 bobkových listů, 3 větvičky sušeného kopru, 3 papriky (rajčínové)

Zimní zelí nastrouháme. Očistíme a nakrájíme zvlášť karotku, petržel a celer. Zeleninu smícháme se solí a kmínem, s bobkovým listem. Papriku očistíme a nakrájíme na řezy. Zelí skládáme do 50l soudku následovně: na spodek soudku dáme dobře omyté zelné listy, na ně položíme kopr a potom klademe vrstvy. Nejprve vrstvu zelí, potom hrst cibule s přísadami – kmínem a bobkovým listem. Následují za sebou vrstvy zeleniny – mrkve, celeru, petržele. Jablka dáme na konec zeleninové vrstvy. Postup opakujeme, pokud není soudek plný, každou vrstvu pořádně utlučeme dřevěným tloučkem. Papriky dáme do zelí tak, že každou papriku dáme asi do jedné třetiny směsi.

Naložené zelí zatížíme a necháme je týden v teple, potom do chladna. Po dvou týdnech je možné jej konzumovat. Je výborné, vitamínové, osvěží hlavně v jarních měsících, když není dostatek čerstvé zeleniny. „Velmi vám doporučuji, udělejte si zelí podle mého receptu,“ vzkazuje vám paní **Alžběta Sidorjaková z Prešova**. „Budete s ním spokojeni tak, jako všichni moji známí, kteří jej u nás jedli a velmi si jej pochvalovali. A ještě něco: šťáva z kysaného zelí považovaná s česnekem pomáhá proti chřipce a čistá šťáva ze zelí pomáhá snižovat hladinu cholesterolu v krvi.“

180. ZELÍ BEZ ŠLAPÁNÍ

Nakrouhané zelí navrstvíme do škopku. Každou vrstvu přiměřeně prosypeme solí, když je škopek naplněný, zatížíme zelí a necháme do druhého dne. Zelí pustí šťávu, kterou druhý den ručně vytlačíme. Potom zelí přendáme do připravené nádoby. Stačí už jen rukou je utlačit, znovu zatížit a nechat kysat.

V. Kohout, Frýdlant

181. NAKLÁDANÉ ZELÍ

**10 kg nastrohaného zelí
Nálev: 3 l vody, 1,25 l octa,
200 g soli, 50 tablet spolarinu**

Vodu s cukrem, octem, solí a spolarinem svaříme. Nálev necháme vychladnout. Potom přidáme 2 kávové lžičky pyrosulfitu. Nakrájíme 8 velkých cibulí, promícháme se zelím. Zalejeme ve velké nádobě nálevem a necháme uležet 12 hodin. Potom plníme do sklenic, dobře utlačíme a zavíčujeme. Toto zelí není třeba sterilovat a dávka stačí na 20 sklenic o obsahu 0,7 l. (Pyrosulfit je nutný, jinak by zelí začalo kvasit.)

J. Odvršová, Chvalčov

182. „TUŘANSKÉ“ ZELÍ

**50 kg zelí, 2–3 balíčky kmínu,
kilo soli, 10 jablek**

Zelí nakrouháme, kmín smícháme s půl kilem soli. Jablka dobře opereme. Škopek na zelí (nebo „bečičku“) dobře vypaříme, vyčremo slanou vodou. Dno posolíme, pokladem zelnými listy a vrstvíme zelí. Každou vrstvu prosypáváme solí a kmínem a dřevěnou palicí

dobře utlačíme. Přebytečnou šťávu odebíráme. Když je škopek plný, posolíme ještě vrchní vrstvu, upěchujeme, namočíme plenu nebo plátno a zelí ve škopku přikryjeme plátnem. Potom dáme na škopek desky a ty zatížíme dobře kamenem. Šťávu, která vystupuje na povrch, odebereme, ale jen tolik, aby zelí zůstalo potopené. Necháme kvasit nejlépe týden na teple, potom dáme do chladnější místnosti. Za tři týdny můžeme zelí vyzkoušet. Pro labužníky doporučujeme do zelí přidat několik celých jablek. Důležitá je čistota při práci i při odebrání zelí. Vždycky znovu zelí urovnáme, přikryjeme mokrou plenou (můžeme ji namočit do slané vody) a zatížíme. Zelí takto ošetřované vydrží celou sezónu. Pokud se vám zdá, že je už příliš velké teplo a je nebezpečí, že by se zelí zkazilo, můžeme je sterilovat.

183. STERILOVANÉ TUŘANSKÉ ZELÍ

Dobře vykvašené zelí natlačíme i s vlastní šťávou do sklenic Omnia. Zavíčkovujeme a sterilujeme podle velikosti sklenice: 0,7 l 20 minut při 85 °C, sklenice o obsahu 0,3 l 15 minut.

F. Vránek, Brno

184. ČERVENÉ ZELÍ S OLEJEM

5 kg červeného zelí, 3 dl oleje, nálev z deka nebo pikantu, 10 velkých cibulí

Červené zelí nastrouháme, cibuli nakrájíme na kolečka. Vše promícháme, natlačíme do sklenic Omnia a zalejeme nálevem z deka. Do každé sklenice dáme lžici oleje, zavíčkovujeme a sterilujeme 20 minut při 85 °C. Používáme jako přílohu za studena, jako oblohu k minutkovým masům, nebo jako salát.

E. Jandorová, Praha 6

185. ZELNÝ SALÁT PO KYJOVSKU

1000 g kysaného zelí, 250 g strouhaných jablek, 1–2 větší cibule, lžíce strouhaného čerstvého křenu, 2 lžíce oleje

Jablka oloupeme a nastrouháme na hrubším struhadle, křen očistí-

me a nakrájíme na jemno. Cibuli usekáme na hrubo, vše smícháme a promícháme s olejem. Tento zelný salát se po vychlazení může podávat ihned. Pokud jej nechceme skladovat dlouho, stačí přidat víc křenu, natlačit pevně do skleniček a zavíčkovat. V ledničce vydrží až dva týdny a čím déle se rozleží, tím je lepší. Na delší skladování salát sterilujeme ve sklenicích Omnia, sklenice s obsahem 0,7 l asi 20 minut při teplotě 85 °C.

P. Mezulániková, Brno

186. ZELÍ KVAŠENÉ V LAHVÍCH

5 kg zelí, balíček kmínu, sůl podle chuti, 5 cibulí

Zelí se nakrájí nožem na jemno, přidá se krájená cibule, kmín a sůl. Vše se dobře promíchá ve větší nádobě. Plní se do zavařovacích sklenic, umačká, až je nahore asi 2 cm od shora šťáva. Přikryje se víčkem, zavře „hlavou“ a v teplé místnosti se nechá asi 10–14 dnů vykvasit. Vydrží „do nového“ a může se naložit i malé množství, vzkazuje autor receptu

L. Pašík, Nové Dvory

187. ZELÍ S KŘENEM

PREVENCE PROTI CHŘÍPCE

Plná dávka: 5 kg zelí, 1 kg cibule, 400 g strouhaného křenu, 400 g cukru, 1 sáček nova (dia, není třeba cukr), 1/2 l 8% octa, 4 dl oleje, 0,5 kg strouhané mrkve

Poloviční dávka: 2,5 kg zelí, 0,5 kg cibule, 200 g strouhaného křenu, 200 g cukru, 1/2 sáčku nova (pro diabetiky nova-dia, není třeba cukr), 1/4 l 8% octa, 2 dl oleje, 250 g strouhané mrkve

Vše řádně promícháme a necháme 24 hodin odležet, nejlépe zatížené. Plníme do skleniček a není třeba sterilovat. Použijeme-li deko – nova-dia, není třeba dávat cukr. Pozor – křen je nejlépe strouhat někde venku, třeba na balkóně, nebo při otevřeném okně, jinak působí jako slzný plyn! „Výhoda této směsi je v tom, že ji lze dělat, pokud je ke koupě zelí a křen, tedy dlouho do zimy,“ píše nám autor receptu

Miroslav Lutovský z Milevska

188. ČERVENÉ ZELÍ S KŘENEM

5000 g zelí červeného – nakrouhat, 400 g cibule – nakrájet, 500 g krystalového cukru, 2 dl oleje, 1/2 dl octa, 1 sklenička od hořčice křenu – nastrouhat, může ho být i více, 1 deko celé

Vše smícháme a necháme asi 2 hodiny odležet. Potom namačkáme do skleniček pod víčka a po 10 dnech konzumujeme. Nesterilujeme.

Milena Medvidová,
Vysoké Mýto

189. ŘECKÉ ZELÍ

Hlávku zelí nakrájíme na čtvrtky. Vyřízneme částečně košťál a krájíme na 1,5–1 cm plátky. Vzniklé měsíčky naskládáme do 4–5l sklenice, vždy proti sobě. Na každou vrstvu položíme 3 ks poloviny stroužku česneku a feferonku. Vrstvy střídáme, feferonky prokládáme podle ostrosti vždy přes vrstvu. Založené zelí zalejeme vychlazeným roztokem deko, který jsme uvařili podle návodu. (Nikdy ne nova nebo pikant – jsou sladké!) Za 2–3 dny zelí ve sklenici dotlačíme asi půl hlávkou zelí, nakrájené na měsíčky, proložené opět česnekem a feferonkou. Zavážeme celofánem a asi za 3–4 týdny je zelí proleželé a hotové ke konzumaci. Při podávání se může pokapat olejem. Zelí se nesmí krouhat nebo na drobno krájet – změní se chuť.

Edvard Schrimpel,
Ostrava-Hrabůvka

190. NECHTE „ZELÁK“ NA BALKÓNĚ

„Víte, že hrnec zvaný „zelák“ je lépe nechávat ve studeném prostředí – třeba na balkóně? Vůbec nevadí, když zelí zmrazne. Jen do žlábků, který tvoří vodní uzávěr, přidejte sůl, aby víko nepřimrzlo. Brzy na jaře vyjměte zbytek zelí a napěchujte do sklenic Omnia. Po pevném zavíčkování vám vydrží zelí – v chladnu a temnu – do léta. A nebojte se, že hrnec při mrazu praskne. Ze zelí se sice udělá ledová tříšť, kterou ale naškrábete na talíř a necháte rozmrazit,“ radí autor receptu

Ferdinand Doubek z Břeclavi



NAKLÁDÁME OKURKY

191. JAK ZAVAŘOVAT PŘEROSTLÉ OKURKY

„Žijeme na horách, kde již mimo jeřábu nic neroste, přesto však se na Receptář ráda dívám a často, aspoň z receptů, které nedráždí žlučník, ráda něco vyzkouším. Za dcerou jezdím do Domažlic a ve vlaku vyslechnu recepty, které si chalupářky předávají. Předloni jsem vyslechla i jeden na nakládání přerostlých salátových okurek a protože to bylo již po sezóně, k nám na hory žádné okurky už do obchodu nepřišly, vyzkoušela jsem to až letos. A teprve nyní, kdy zavařené okurky konzumujeme, zjišťujeme, jak jsou dobré. Zvláště pro lidi našeho věku, kdy chroupat normální nakládačky nám už tak nejde. Nabídla jsem i návštěvám, ty nešetří chválou a to, co jsem zavařila, bude pomalu pryč. Není tedy to, co vám radím, můj původní recept, ale myslím si, že zvláště nyní, kdy se okurky k nakládání nevedou a ničí je plíseň, by leckdo mohl tento recept také použít...“

5000 g okurek salátovek nakrouhat, přidat dvě hrsti soli, promíchat a nechat 5 hodin stát. Potom zalít 1,5 l teplé vody, promíchat a slít. Slitou vodu nevylévat. Svařit půl litru octa, 500 g cukru, 60–100 g nastrohaného křenu, 250 g krájené cibule. Všechno promíchat, rozdělit do sklenic a dolít „na míru“ vodou slitou z okurek. Zavíčkovat a 10 minut sterilovat.

V. Králová, Moldava
v Krušných horách

192. DOBRÝ NÁLEV NA OKURKY

160 g soli, 300 g krystalového cukru, 50 tablet cukerinu T 110,

4 l vody, 20 ks nového koření, 20 ks celého pepře, 20 ks hřebíčků, 4 bobkové listy, 4 cm celé skořice, 1,25 l octa

Koření s vodou, cukrem a solí povaříme 10 minut, potom vlejeme ocet a ještě necháme přejít varem. Horkým nálevem zaléváme okurky. Můžeme zalévat i zeleninu. Doba sterilace je 10 minut od doby varu.

J. Kotas, Vsetín

193. NOVÝ ZPŮSOB ZAVAŘOVÁNÍ OKUREK

Do zavařovacích sklenic dáme kopr, cibuli, křen a malý kousek feferonky. Pečlivě omyté okurky naskládáme do sklenic a zalejeme běžným nálevem, připraveným z novy nebo novy-dia. Sterilujeme pouze 20 minut při teplotě 80 °C. Po uplynutí 20 minut sklenice vyndáme, odebereme ze zavařovacího hrnce část vody, dolejeme studenou vodou a pokračujeme v zavařování. Takto zavařené okurky jsou chutné, pikantní a hlavně pevné, nerozvařené.

J. Macigová,
Hranice na Moravě

194. „SKLENĚNÍ“ HÁDCI

Velké přerostlé okurky oloupe, rozkrojíme na polovinu, vydlabeme zrníčka a nakrájíme podélně na proužky (z jedné poloviny okurky uděláme 3–4 proužky). Osolíme a necháme v porcelánové misce „vypotit“. Potom srolujeme do sklenic tak, aby byly ve tvaru „hádků“. Zalejeme nálevem z deka nebo novy a běžně dále sterilujeme. Doba sterilace je kratší než u nor-

málních okurek. Takto připravené okurky jsou vzhledově i chuťově zajímavé a hodí se jako přílohy nebo ozdoba studených mís. (Aby se „hádcí“ neroztočili, můžeme si pomoci a sepnout je párátky.)

I. Krasko, Břeclav

195. BZENECKÉ OKURKY

Nálev: 1,25 l octa, 3,75 l vody, 160 g soli, 300 g krystalového cukru, po 5 kuličkách pepře a nového koření, 2 bobkové listy, hořčice, mrkev, cibule, křen, kopr (diabetici mohou nahradit cukr 50 tabletami sacharinu)

Okurky nakládačky opereme, nejlépe kartáčkem a necháme 24 hodin máčet ve studené vodě. Potom otreme, naskládáme pečlivě do sklenic, prokládáme mrkví, koprem a křenem. Zaléváme svařeným nálevem, zavíčkovujeme a sterilujeme asi 15 minut při 85 °C. Potom okurky vychladíme, aby zůstaly tvrdé.

S. Kratochvílová, Dambořice

196. ÚSPORNÉ OKURKY

„Před několika lety jsem získala recept na nakládání okurek, se kterým jsem velmi spokojena. Odpadá totiž při něm vaření nálevu a tedy i pach octa v bytě, nemusím se bát, zda mi nálev zbude, nebo „pochybí“. Postupem času tímto způsobem zavařuji i zeleninu a vlašky. Výhodou je i to, že můžeme zavařovat postupně, tak, jak máme okurky nebo zeleninu, protože recept je „na sklenici“.

Do 1 vymyté sklenice Omnia dáme: 3 kuličky nového koření, 5 pepřů, 1 bobkový list, 1 malou

lžičku soli, půl lžičky hořčičného semene, 3 kolečka mrkve, 3 cibule, 3 kolečka křenu, 5 kusů cukerinu (kdo má rád sladší, může 1 cukerin přidat).

Do sklenice se naskládají dobře omvuté okurky, naleje se $\frac{3}{4}$ dl octa, dáleje vodou, zavíčkujeme a sterilujeme 25 minut při teplotě 85 °C. Do malých sklenic Omnia stačí poloviční dávka, do velkých sklenic na 5 l pětinasobek dávky. Kdo má rád, může přidat kopr, vinný list apod..

H. Vaculíková, Liptál

197. „ZNOJEMSKÉ“ OKURKY

Malé okurky vypereme, narovnáme do sklenic a polejeme studenou slanou vodou, až jsou potopeny. Osolíme podle chuti. Do každé sklenice dáme trochu kopru, višňového listu, vinného a bobkového listu a kousíček kamence. Láhve postavíme do teplé místnosti tak dlouho, až začnou nahoře pění. Pak slanou vodu slejeme, všechno listí vyndáme, okurky propláchneme vodou. Láhve dobře vymyjeme a okurky do nich znovu narovnáme. Nalejeme na ně svařený dobrý ocet, do každé sklenice přidáme několik zrnek pepře a 2–3 kolečka

křenu. Nahoru nakrájíme na plátky nedozrálé rajče. Láhve povážeme celofánem a uchovááme v tmavé místnosti.

198. OKURKY V OCTĚ

Do okurkové láhve dáme 3 kg malých okurek, 2 litry dobrého 8% octa a 1 litr vody. Okurky nakládačky předem máčíme 24 hodiny ve studené vodě. Do lahví je dáváme společně s listy višně, révy a se snítkami kopru. Skládáme pečlivě, až je sklenice plná. Zalejeme octem a přidáme 2–3 dubové listy, aby okurky zůstaly tvrdé. Necháme je v teplé kuchyni asi dva dny bez pohybu a potom povážeme a opatrně přeneseme do chladna.

Ocet: na dva litry octa dáme 1 litr vody, 10 zrnek pepře, 10 zrnek nového koření, lžičku hořčičných semen a sůl podle chuti.

Vše povaříme a necháme vystydnout. Tímto octem okurky zaléváme.

199. OKURKY S HOŘČICÍ

Velké okurky oloupáme, rozkrájíme na kusy, vyndáme jádérka a necháme dva dny v chladnu ležet.

Potom je naskládáme do lahví, proložíme na kolečka nakrájeným loupaným křenem, přidáme několik zrnek hořčice, hřebíček, bobkový list a malé cibulky. Zalejeme octem svařeným s vodou (litr octa a 0,25 l vody). Po několika dnech ocet slejeme, znovu svaříme a nalejeme ještě jednou na okurky. Povážeme a necháme v chladnu a temnu.

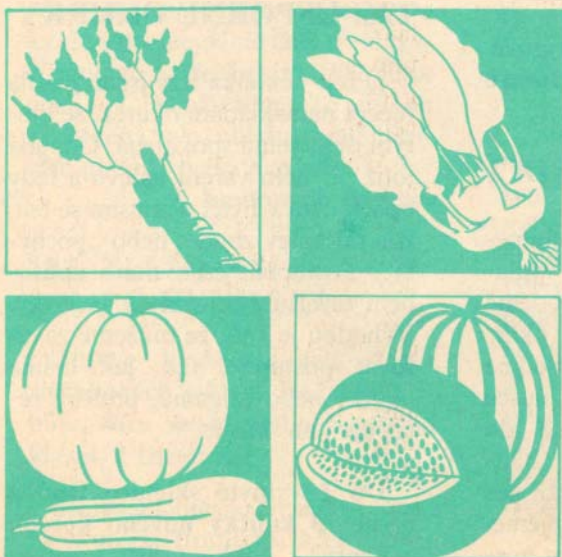
J. Havelová, Praha 10

200. OKURKOVÉ ŘEZY S ČESNEKEM

2000 g okurek, 150 g soli, 300 g cibulek, celý pepř, bobkový list, fenykl, kmín, 2 červené papriky, 4 stroužky česneku, 0,5 l octa, 0,5 l vody

Okurky oloupáme, zbavíme jádřince a měkké dužiny, podél rozřízneme a nakrájíme na úhledné krátké kousky. Prosolíme a necháme je přes noc ve studenu. Druhý den je naskládáme do sklenic, proložíme cibulkou, na drobno sekaným česnekem a červenými paprikovými lusky. Zalijeme prochlazeným octovým roztokem s kořením a zavíčkujeme. Sterilujeme 30 minut při 100 °C.

Josef Assinger, Olomouc





KONZERVACE ČESNEKU

201. ČESNEK Z LEDNIČKY

„Lehce a naprosto nezávadně uskladníte česnek na celý rok následovně,“ píše pan **F. Jech z Havlíčkova Brodu**. „Vezměte litrovou sklenici nakládačku (průměr hrdla je asi 102 mm, umělohmotné víčko na sklenici o průměru asi 101 mm). Sklenici nejnaději získáte nákupem zavináčů, nevím, zda jsou podobné volně k dostání. Dobře vymytou a vysušenou sklenici naplníte česnekem, jehož hlavičky předem rozdělíte na stroužky. Ty ponecháte ve vlastní obalové slupce. Sklenici uzavřete namáčknutím víčka a uložíte na dno ledničky. Odebíráte jen potřebné množství stroužků a česnek vždy znovu zavřete víčkem a vložíte zpět. Takto uložený česnek vydrží celý rok, nekazí se a je kdykoliv k dispozici. Mám to vyzkoušené už asi deset let.“

202. ČESNEK V SÁDLE

Po oloupaní umeleme česnek na masovém strojku, ihned promícháme s dobrým rozpuštěným sádem. Naplníme do malých skleniček od dětské výživy a povrch ještě zalejeme vrstvičkou sádla. Uchovááme v ledničce v nejspodnější přihrádce. Česnek zůstane celý rok světlý, vonavý a chutná jako čerstvý, tvrdí autorka receptu

D. Špánková z Brna

203. ČESNEK S IVOU

500 g oloupaného česneku, 150 g soli, 200 g ivy

Oloupaný česnek (čistá váha) umeleme na masovém strojku, smí-

cháme se solí a necháme hodinu odpočinout. Do rozpuštěného tuku (Iva) dáme česnek se solí a za stálého míchání necháme prohřát. Skleničky od dětských přesnídávek dobře vymyjeme, vysušíme a nahřejeme. Ihned je plníme teplým česnekem až po okraj. Nesterilujeme a směs přesto vydrží, podle zkušenosti autorky ve sklepě panelového domu až dva roky. Pasta je výborná na topinky, maso i do všech pokrmů, které vyžadují česnek.

M. Hanusíková, Přerov

204. ČESNEK Z MRAZNIČKY

Česnek oloupáme a dáme do mikrotenového sáčku vždy tolik stroužků, kolik předpokládáme, že budeme potřebovat (na topinku méně, na bramborák více). Těsně nad stroužky svaříme sáček svařečkou na mikroten, dáme další dávku česneku, opět svaříme a tak pokračujeme až využijeme celého sáčku. Sáčky s česnekem dáme do mrazničky. „Zmrzlý česnek je krásně křehký, snadno jej rozetřete na topinku nebo protlačíte lisem na česnek či naškrábete nožem. A tak nemám ztráty a česnek mám vždy až do příští sklizně,“ radí

E. Olšmířová z Tachova

Podobné recepty nám poslala i **M. Ondrušíková z Bratislavy**, která zmrazuje oloupaný česnek v plastových krabičkách. **J. Fillová z Ostravy** zmrazuje česnek v alobalu, vždy 3–5 stroužků najednou. Zcela jiný postup si vybrali následující autoři a my doufáme, že oceníte a vyzkoušíte i tento dobrý nápad.

205. MLETÝ MRAŽENÝ ČESNEK

Česnek vyloupeme, rozemeleme na masovém strojku a hmotu vložíme do mikrotenového sáčku. Vytvarujeme do plochého tvaru, sáček uzavřeme a vložíme do dalšího sáčku do mrazničky. Takto připravený česnek neztrácí barvu, ani říz, v mrazničce nepáchne. Při použití sáček vyjmeme, částečně odhrneme mikroten. Na kedlubnovém struhadle nastrouháme potřebné množství česneku přímo do pokrmu. Můžeme si také potřebný kousek česneku odseknout. Dobře se s ním potírají topinky. „S takto připraveným česnekem může dělat řezník zabijačku i v červnu,“ tvrdí autorka receptu

J. Procházková z Nelahozevsí

206. ČESNEK JAKO ČOKOLÁDA

„Podle různých rad a doporučení jsme v minulých letech vyzkoušeli celou řadu způsobů, jak uchovat česnek na zimu, pokud možno v přírodním stavu. Ukládali jsme hlavičky i stroužky, sterilovali, připravovali pasty se solí. Žádný z těchto způsobů se nám ale nezdál nejlepší.“

V loňském roce jsme museli česnek sklídit ještě před úplným dozráním, protože se na něm objevila plíseň. Stroužky jsme vyloupali, očistili, umleli na masovém strojku a pak napěchovali hmotu do mrazničkových misek s mřížkou na led a dali zmrazit. Po zmrazení jsme misky krátce nahřáli v horké vodě, abychom mohli česnek snadno vyklopit a vyjmout z mřížky. Kostičky jsme zabalili do alobalu (ve formě tabulek čokolády, velikost si může

každý zvolit sám). Postupně se z tabulky odlomí potřebné množství kostiček. Zbytek se opět zabalí a vrátí do mrazáku.

Vyzkoušeli jsme i jiný způsob: Zkoušeli jsme zmrazit umletý česnek na obyčejných tácech z umělé hmoty bez mřížky. Po upěchování vrstvy 10–12 mm vysoké jsme česnek „nařezali“ na čtverečky 2 × 2 cm a dali zmrazit. Závěrem stručně zhodnocení: je to snadné, rychlé, spolehlivé, hospodárné a myslíme si, že i biologicky vhodné. A pro hospodyňky, které nemají možnost si samy česnek vypěstovat i ekonomicky výhodné, protože si mohou nakoupit česnek v době, kdy je pěkný a laciný.“

**Manželé Babouškovi,
Habří, p. Dubné**

207. KIRGIZSKÝ ČESNEK

**1000 g rajčat, 300 g česneku,
70 g soli**

Rajčata omyjeme (neloupáme) a umeleme spolu s česnekem na masovém strojků. Smícháme se solí a dáme do menších lahviček, nejlépe od dětských přesnídávek a uzavřeme víčkem. Nesterilujeme, česnek se nekaží. Lze výhodně použít na topinky, ale i všude tam, kde dáváme česnek jako příchuť.

Z. Vaněčková, Praha-Krč

208. ČESNEKOVÉ VÝHONKY

Česnekové výhonky, které jdou na květ, uříznou, pacibulky odlomím a dám do misky. Lodyhu nakrájím na 2–3 cm dlouhé kousky, dám do sklenic, zaliju sladkokyselým látkem, zavíčkuji a steriluji jako zeleninu. Používá se do receptů z čínské kuchyně.

Česnekové pacibulky a zbytek lodyh umeleme na masovém strojků a tímto naplníme malé zavařovací skleničky, nejlépe od dětské

výživy. Do naplněných skleniček přidám 1 lžičku převařené vody (může být i teplá), zavíčkuji a steriluji 25 minut při 80 °C. Používáme pod maso při pečení a dušení, do mletých mas, do nadívek a do polévek.

„Přesvědčila jsem se, že většina zahrádkářů tyto česnekové výhonky odstraní a vyhodí. Do květu a tím i budoucího plodu jde z rostliny síla a velké množství extraktů a je škoda těchto částí nevyužít,“ napsala nám

Květa Kapitánová z Říčan

209. JAK UCHOVAT ČESNEK

1 l vody a 200 g soli svaříme a zalejeme oloupaný česnek do skleniček od dětských přesnídávek. Doba uchování je 2–5 let. S dobrými výsledky tento recept používá již 7 let autor receptu

A. Šolc z Mělníka



KONZERVACE HUB

210. HOUBY V OCTĚ

1000 g hub, 0,25 l vody, 1/16 l octa, celý pepř, nové koření, 1 malý bobkový list, hořčičné semínko, 1 kávová lžička cukru, sůl

Očištěné houby 3 minuty povaříme v osolené vodě. Čistou vodu, ocet, cukr, sůl, pepř, nové koření, bobkový list svaříme a necháme vychladnout. Povařené, vychladlé houby narovnáme do sklenic, prosypeme hořčičným semínkem a zalijeme vychladlým procezeným octovým zálivem. K houbám můžeme přidat v osolené vodě povařenou zeleninu nebo jenom cibuli. Ze zeleniny dá-

váme mrkev, květák, celer, zelené papriky a cibuli. Sterilujeme je 20 minut při 90 °C.

Karel Šmíd, Šumperk

211. HOUBY VE VLASTNÍ ŠTÁVĚ

Do čtvrtlitrové sklenice se vejde asi 500 g hub. Na každý kilogram hub přidáme 20 g soli a špetku kmínu. Sterilujeme 40 minut při 100 °C

Očištěné houby nakrájíme na plátky, posolíme a dusíme, až změknou. K houbám, které černají, mů-

žeme přidat špetku kyseliny citrónové. Houby nesmíme vydusit docela, aby asi čtvrtina šťávy v nich zůstala. Kmínu nedáváme mnoho, houby by dostaly hořkou příchuť. Dušené prochládlé houby pevně naplníme do malých skleniček, zavíčkujeme a sterilujeme. „Tyto houby jsou výborné s vejíčky nebo z nich děláme omáčku,“ píše nám

Jindřiška Pelikánová z Mostu

212. HOUBY V SOLI

Do soli dáváme jen úplně bezvadné, tvrdé, zdravé houby. Počítáme na 1 kg hub asi 10–15 dkg soli.

Houby očistíme za sucha nožem. Rozkrájíme je na plátky a necháme na slunci zavadnout. Sůl dáme na plotnu nebo do trouby prosušit. Potom houby ve velké míse opatrně promícháme se solí a namačkáme do sklenic. Nahoru dáme ještě vrstvu soli. „Takto můžeme uchovat vedle hříbků i jiné tvrdé houby, jako křemenáče, holubinky, přidáme-li ryzce, je polévka s nimi obzvlášť dobrá,“ vzkazuje vám

Hana Coufalová z Prachatic

213. HOUBY V TUKU

Houby, sůl, máslo

Do čtvrtlitrové sklenice se vejde 400 g hub, přidáme 1–2 dkg soli, 100 g převařeného másla. Houby očistíme, nakrájíme na plátky, posolíme a necháme na polovině tuku vydušit. Měkké necháme prochládnout, potom je pevně naplníme do sklenic, povrch polijeme převařeným máslem a houby sterilujeme 40 minut při 100 °C. „Jsou vhodné na omáčky, dušené houby, nádivky, pod maso apod.,“ radí autorka receptu

Milena Rychecká z Brna

214. HOUBY SUŠENÉ

Sušíme všechny druhy hub, vyvarujeme se pouze houbám zapářeným, přestárlým, které zahnívají. Houby před sušením dobře očistíme, klobouk je dobré otřít suchým hadříkem. Krájíme je na tenké plátky a klademe na dřevěné lísky nebo pletivo vedle sebe. Necháme je rychle zaschnout buď na slunci, nebo na kamnech, aby neshnily nebo nezplesnivěly. Pak je dosoušíme na topení. Dobře jdou též dosušet navlečené na niti jako korálky, kterou zavěšíme do okna na slunce. Usušené houby dáváme do dobře uzavřených krabic a nádob a uložíme je v chladné místnosti. Chráníme je před navlhnutím a před moly, kteří je rádi napadají. Výborné též je, když je po náležitém vysušení rozmělníme na prášek, který uložíme ve sklenici se zabroušenou zátkou. „Než je přidáme do pokrmů, dáme je chvíli nabobtnat,“ přidává radu ke svému receptu

Erik Janda z Písku

215. HOUBY V OCTOVÉM NÁLEVVU (SALÁT)

0,5 l vody, 0,5 l octa, 30 g soli, 2 bobkové listy, 6 pepřů, 4 nová koření, 4–5 malých cibulek. Z hub se hodí ryzce, malé hříbky, ale i václavky, čirůvky, žampióny

Houby očistíme, opláchneme a povaříme 3 minuty (podle druhu hub) v mírně osolené vodě. Odcedíme je a dáme prochládnout. Svaříme vodu s octem, solí a kořením, necháme vychladnout a tímto nálevem zalijeme houby, které jsme narovnali do sklenic. Můžeme je prokládat krájenou cibulí. Sklenice zavíčkuje a sterilujeme 30 minut při 90 °C.

Petr Janderka, Olomouc

216. PŘEDSMAŽENÉ HOUBY MRAŽENÉ

Houby očistíme, propereme a dáme podusit na zpěněnou cibulku, kterou smažíme na sádle. Houby osolíme, okmínujeme a můžeme přidat i trochu pepře. Když šťáva z hub se asi ze dvou třetin vyvaří, necháme houby prochládnout a plníme do mikrotenových sáčků a dáme zmrazit. „Takto upravené houby mají široké uplatnění – do polévek, omáček, pod maso, lze z nich po umletí či pokrájení udělat výborné karbanátky, ale také smažené,“ podle vlastních zkušeností radí

Pavčina Smejkalová z Napajedel

217. HOUBY V OCTĚ

¼ l 8% octa, ¾ l vody, 20 g soli, 50 g cukru, 3 tablety diasponu, 4 tablety spolarinu, 1 bobkový list, 1 hřebíček, 5 kuliček nového koření, 15 kuliček pepře, 1 a ½ lžičky hořčičného semínka, ½ lžičky koriandru

Vše necháme 5 minut povařit, přecedíme a koření rovnoměrně rozdělíme do sklenic. Předvařené houby necháme okapat, plníme spolu s čerstvou zeleninou (cibulí, mrkví, květákem, případně koprem nebo paprikou) asi do ¾ obsahu

sklenice. Můžeme přidat malý kousek feferonky. Uzavřené sklenice, zcela ponořené ve vodě sterilujeme 30 minut. Tento recept je vítězným receptem **J. Burdy z Liberce** ze soutěže o nejchutnější nálev na nakládané houby, říká se jí „houby v octě“ a soutěž pořádá Československá mykologická společnost.

218. ZAVAŘOVÁNÍ HUB

„Jistě nemusím nikoho přesvědčovat, že nejlepší jsou houby čerstvé. Tuto vlastnost mají houby zavařené ve vlastní šťávě. Postup je následující: houby očistíme, nakrájíme a opereme. Dáme do přiměřeně velkého hrnce, přidáme sůl (množství jako na pražení) a dusíme tak dlouho, že zůstane v houbách pouze tolik šťávy, aby ve skleničkách byly úplně ponořeny. Potom zavaříme 1 hodinu na 100 °C v páře. Tyto houby jsou od čerstvě nasbíraných i po několika letech k nerozeznání. Takto zavařené houby je možno použít na všechny způsoby jako houby čerstvé. Nejchutnější je směs ze všech druhů hub. Pro takto zavařované houby jsou nejvhodnější skleničky od dětských přesnídávek pro svou velikost,“ radí

Eva a František Muricovi z Újezdu u Brna

219. SALÁT Z HUB

3 l vody, 300 g cukru, 60 g soli, 6 bobkových listů, 20 zrnků nového koření, 0,4 l vody, 1 kg paprik (i červené), 1000 g cibule, 2000 g hub

Uvaříme lác, do kterého dáme nakrájenou papriku a cibuli a vaříme asi 5 minut. Houby očistíme, nakrájíme, propereme a uvaříme v dosti slané vodě (asi ½ hodiny), potom řádně propláchneme a přidáme k ostatnímu, včetně koření. Naskládáme do skleniček a necháme 24 hodin stát, potom uzavřeme a sterilujeme asi 15 minut při 100 °C. „Takto upravené houby vydrží rok i déle,“ svěřuje

A. a J. Wölflovi z Českých Budějovic

220. TŘI RADY K NAKLÁDÁNÍ HUB

„Dovoluji si poznámku k nakládání václavek: postup při nakládání hub a zejména václavek ve vlastní šťávě, jejich přípravě, je důležitý a za nehygieničtější považuji postup uvedený v knize „Poznáváme houby“, Klusák Z. et al. s. 30 Svěpomoc 1985 – proprání, krátké povaření a nové proprání odstraní nežádoucí sliz a nečistoty nejlépe. Všeobecně se dává přednost sterilaci 100 °C po dobu 1 hodiny 2x v odstupu 48 hodin (zničení spor). Při opatrném otvírání sklenic používám víčka Omnia nejméně 3 až 4x.“

MUDr. Jiří Šváb,
Haviřov I

221. ZAVAŘOVÁNÍ VÁCLAVEK

Houby vaříme ve slané vodě asi 20 minut, opláchneme studenou vodou a naskládáme do sklenic. Potom vaříme bez nálevu asi 1 hodinu při 100 °C. Potom zavíčkuje a sklenice otočíme dnem vzhůru. Takto zavařené václavky lze použít na všechny možné způsoby – smažené s vajíčkem, pod maso, do polévky, na karbanátky atd. „Také jsou dobré s kyselým nálevem a cibulí jako příloha,“ doporučuje

Marie Mixová
z Nového Jičína

222. KVAŠENÉ HOUBY

Houby obsahují poměrně málo cukru, proto abychom vyvolali mléčné kvašení, je třeba přidat na 1000 g čerstvých hub asi 30 g cukru. Kvasit můžeme všechny druhy hub, nejvhodnější jsou však ty, které obsahují menší množství vody a málo červivějí. Takovými jsou např. „kuřátka“, hlíva ústřičná a jiné.

Přebrané houby očistíme, větší plodnice pokrájíme, menší ponecháme v celku. Vaříme je asi 5 minut ve slané vodě. Potom scedíme, přelejeme v cedníku studenou vodou a necháme vychladnout. Ukládáme je do lahví a zaléváme sladkokyselým nálevem.

Nálev: 1 l vody, 70 g soli, 30 gramů soli, 30 g cukru, vaříme 15 minut. Na zalévání hub používáme nálev vychlazený.

Mléčné kvašení probíhá poměrně rychle. Vykvašené houby nemusíme již jiným způsobem upravovat. Je ale třeba skladovat je v místnosti se stálou teplotou do 10 °C. Na Oravě dávají kvasit houby do malých dřevěných soudků. Kvašené houby můžeme dále konzervovat: přendat do pohárů, zalít sladkokyselým nálevem, např. deko a sterilovat. Tak je uchováme delší dobu i v teplejší místnosti.

P. Novotná, Bratislava

223. SOLENÉ HOUBY

Houby se nekadí a zůstanou v původní kvalitě, použijeme-li na

1000 g hub 250 g kuchyňské soli. Houby pokrájíme na tenké řízky. Větší můžeme nastrouhat na hrubém struhadle. Potom je smícháme se solí a necháme stát. Působením soli houby uvolní přebytečnou vodu. Houby vymačkáme rukou, pevně je natlačíme do lahví a láhve uzavřeme. Nesterilujeme. Houby konzervované tímto způsobem obsahují velké množství soli, a proto jídla, která z nich připravujeme, už nesolíme. Jsou dobré k přípravě polévek, omáček a pod dušená masa.

224. HOUBY VE SLANÉM NÁLEVU

Očistíme plodnice hub a 15 minut vaříme ve vodě. Potom scedíme, na síť ještě propláchneme a uložíme do čistých sklenic. Zalejeme je vařicím slaným nálevem. Láhve zavíčkuje a obrátíme dnem vzhůru. Nesterilujeme. Nálev: na 1 litr vody 60 g soli a 10 gramů deka. Houby používáme na přípravu masitých a bezmasých pokrmů.

P. Novotná, Bratislava

225. SUŠENÍ HUB

Utěrku vložíme mezi dvě desky ústředního topení. Horní okraje připevníme na topení kolíčky na prádlo. Nasypeme na ni slabší vrstvu hub a během dvou dnů jsou houby usušené. „Tento způsob by snad šel využít i pro sušení jiných plodů,“ navrhuje

Vlasta Gerátová z Ostravy





DALŠÍ ZPŮSOBY UCHOVÁNÍ ZELENY

226. JAK UDRŽET SALÁT CO NEJDÉLE ČERSTVÝ

„Čerstvý salát udržím 10–14 dní následovně. Hlávky nechám vcelku, ve větším množství vody vymáchám, vodu vystříknu, hlávky narovnáím do větších igelitových pytlíků, dám do ledničky a rozebírám podle potřeby – hlávky mi nepřerostou na záhonku a řezy na listech nerezaví.“ Napsala nám

Boh. Peterová z Blanska

227. VYSYCHAJÍ VÁM CITRÓNY?

„Mně ne. Z nakoupených citrónů vždy přes polovinu zabalím do alobalu a dám na nejchladnější místo v bytě. Nevěřili byste, jak dlouho vydrží. Ale nedoporučuji dát je do ledničky,“ radí

Taťánka Frnková ze Strupčic

228. JAK UCHOVAT PETRŽEL NA ZIMU ZELENOU

1. Petržel se sváže a zavěsí se nad topení. Jakmile vyschne, dáme ji do igelitového sáčku a uložíme do sklepa.
2. Čerstvou petrželovou nať nakrájíme tak, jako do polévky. Nacpeme ji do čtverečků od bonboniéry, zalijeme vodou a dáme zmrazit do mrazničky. V zimě se do polévky hodí čtvereček nebo dva a petržel je jako čerstvá. Stejně můžeme postupovat i s jinou zeleninou, třeba s koprem nebo celerovou natí, radí nám

Jan Jelínek ze Slavičína

229. STERILOVANÉ BRAMBORY

Paní Magdalena Aichlmanová z Rakovníka měla zájem o recept, jak sterilovat brambory, které se na našem trhu v malém množství předloni objevily.

„Sterilaci brambor dělám již několik let a mám s tím dobré výsledky. Za celou sezónu nejsem nucena koupit špatné brambory, nebo drahé. Všechny vypěstované na zahrádce vlastně zužitkuji. Bude-li vás moje zkušenost zajímat, tak to zkuste také. Každoročně, než začnou brambory klíčit a měknout, je oloupám, dám do sklenic Omnia, na 1 sklenici 1 kávovou lžičku soli, zaleji vodou z vodovodu, zavičkuji jako běžný kompot a dám na jednu hodinu sterilovat. Brambory jsou poloměkké a dá se z nich dělat po 10–15 minutách vaření v kastrolu cokoliv. Vodu neslávám, přidám trochu navíc a povařím 10–15 minut. Chuť si zachovají jako brambory čerstvé. Pokud nám vydrží delší dobu, dají se používat na bramborový salát. Víím, že se zavařované brambory i prodávaly v obchodě, ale přijdou dost drahé. Chce to jen trochu práce,“ napsala nám

Anna Šrolová ze Žacléře

230. FAZOLOVÉ LUSKY VE SLANÉM NÁLEVU

Čerstvé mladé fazolové lusky opereme, špičky seřízneme a vlákna odstraníme. Lusky rozkrájíme na kousky a 5 minut je povaříme v osolené vodě. Scedíme je, nálev vlijeme do jiné nádoby a po-

necháme na plotně přikrytý, aby nevychladl. Povařené fazolky prolijeme studenou vodou, srovnáme je do dobře vymytých horkých sklenic a zalijeme horkým nálevem, ve kterém se vařily. Uzavřeme a sterilujeme 45–50 minut při 80 °C. Zavařené lusky použijeme jako salát v sladkokyselém nálevu s cibulí, upravené na paprice, upravené s houbami, jako přílohu k masu (v tom případě jen prohřejeme a polijeme omáčkou), jako zahuštěnou polévku s cibulovou jíškou a přidáním párku, ve smetanové omáčce s horčicovou příchutí k hovězímu masu.

Šárka Vystrčilová, Olomouc

231. LOUPANÉ OKURKY S CIBULÍ (I PRO DIABETIKY)

5 kg velkých salátových okurek, 1 kg cibule

Zálivka: 1/2 l octa, 1 1/4 litru vody, 50 g soli, 20 tabletek sacharinu nebo jiného umělého sladidla, 1 lžička hořčičných semínek, 1 bobkový list, špetka tymiánu, snítky kopru

Všechno společně svaříme. Oloupané okurky zbavíme jádřinců, nakrájíme na kousky, dáme do mísy, prosolíme, promícháme a ponecháme do druhého dne v klidu. Druhý den je dáme okapat, vysušíme utěrkou a promícháme je s cibulí, nakrájenou na nudličky. Namačkáme je do zavařovací sklenic a zalijeme octovou zálivkou s přidáním křenu, nakrájeného na kolečka. Sterilujeme 15 minut při 80 °C. Okurky jsou chutné ke kaž-

dému pečenému masu, i vařenému. Můžeme je také okapané polít hustou šlehačkou a podávat jako předkrm. „Při přípravě nesmíme zapomenout okurky ochutnat, aby nebyly hořké,“ připomíná

Zuzana Zajícová, Brno-Bystřice

232. S KEČUPEM PROTI „SPOLEČENSKÉ“ ÚNAVĚ

Pro ty, kteří se vracejí „výjimečně“ z plesů, z posezení u přátel a rodinných oslav společensky unaveni, nabízí naše čtenářka následující recept: Do zlatova usmaženou cibuli necháme vychladnout, přidáme nakrájené matasy, rajský protlak nebo kečup a zázrak je hotov. Není třeba uvádět množství, stačí jeden mates, malá cibulka nebo více, podle chuti a podle toho, jak chceme slavit. „Chutná to znamenitě a po pořádně oslavě to každému spraví

chuť. Jen si tuto pochoutku včas předem připravit a dát do ledničky,“ píše

Taťána Frnková ze Strupčice

223. PŘÍPRAVA ZMRAZENÉ ZELENINY

Zmrazené zeleniny připravujeme stejně jako čerstvé, jen úprava teplem je asi o třetinu kratší, protože zelenina bývá už před zmrazením krátce blanšírována. Zmrazenou zeleninu nenecháme před úpravou rozmrazit a potom ji zpracováváme podle možnosti ještě ve zmrzlém stavu, aby roztávání a tepelná příprava na sebe přímo navazovaly. K vaření ji vkládáme do vařící osolené vody, k dušení na předem rozpálený tuk. Zeleninu rozdělíme za chvilku v nádobě vidličkou, aby se stejnoměrně provařila nebo dobře dusila. Pokrm musí být dobře zakrytý, zbytečně jím nemícháme

a neprodlužujeme dobu potřebnou k změknutí.

Zeleninu salátovou, okurky, rajská jablíčka, papriky necháváme roztát v původním balení při teplotě místnosti, ne v teple! Rajčata krájíme ještě ztuhlá. Jinovatka na zmrazeném salátu roztaje a je základem zálivky. Osladíme ji, přikyselíme, osolíme a přidáme trochu oleje. Se svými zkušenostmi se s námi podělila

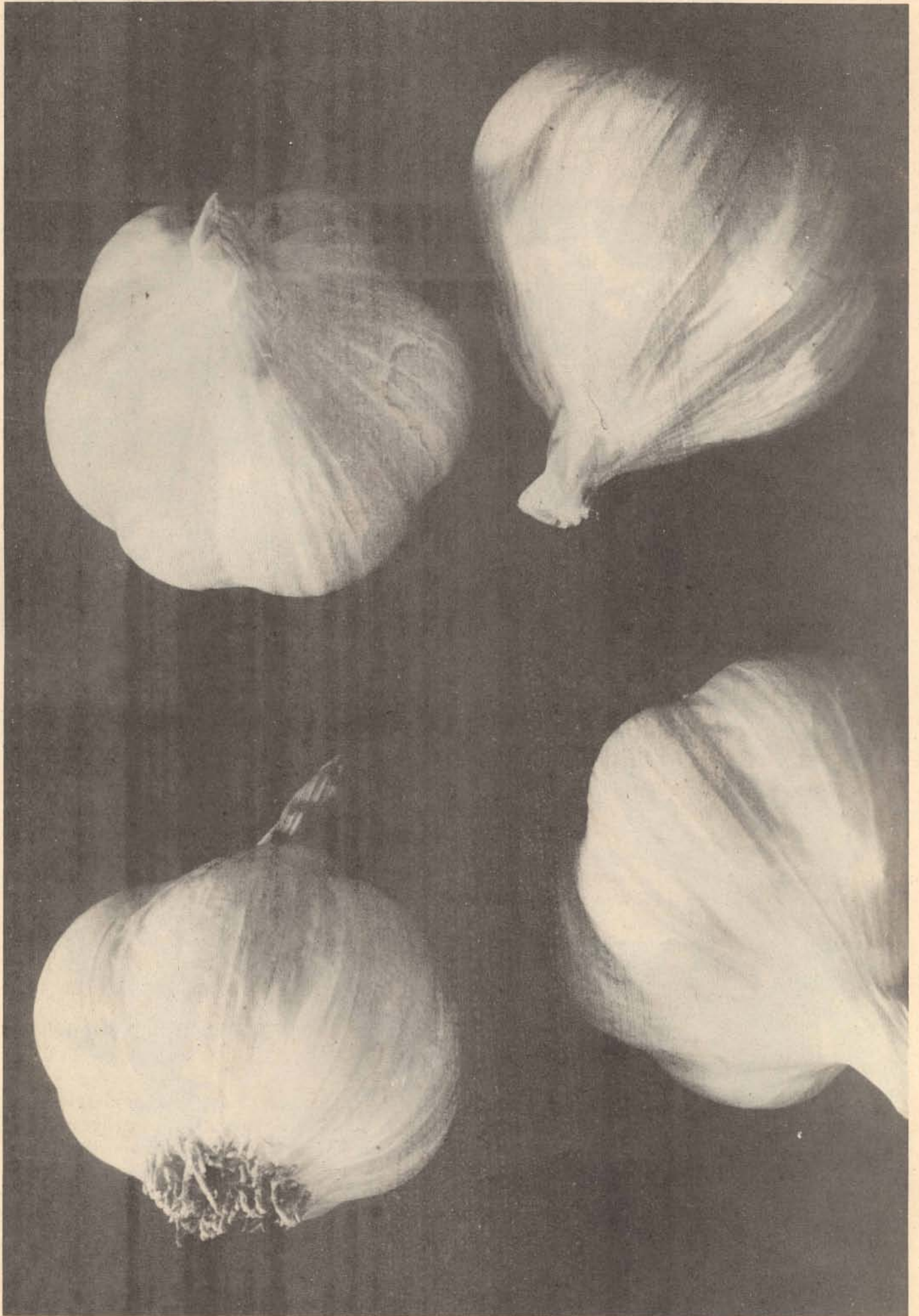
Jitka Suchánková z Kroměříže

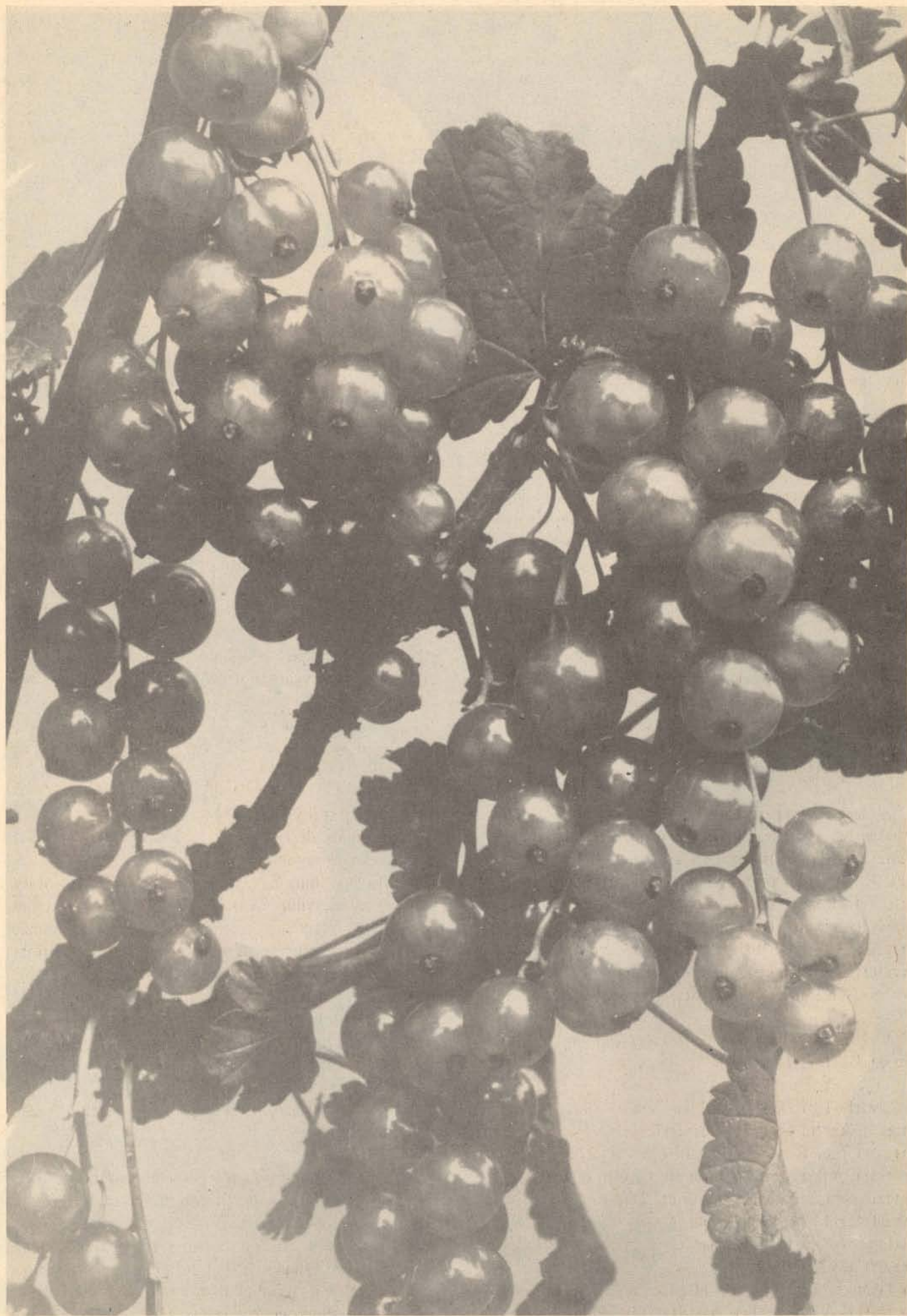
234. MRAŽENÝ KŘEN

Nastrouhaný křen promícháme s citrónovou šťávou. Můžeme přidat i nastrouhaná jablka. Směs naplníme formičky na led a dáme zmrazit. Potom vyklopíme a nasympeme do mikrotenového sáčku a opět uložíme do mrazničky. Postupně odebíráme jednotlivé kostičky a po rozmrazení podáváme k masu, uzeninám apod..

Karel Ulrich, Poděbrady









JE TŘEBA KOŘENÍ, HLAVNĚ DO ŽIVOTA

Její jméno je dobře známé: řeknete-li inženýrka **Dagmar Lánská**, většinou všichni tuší, že bude řeč o koření, pikantních omáčkách, indických čatní, o plných rostlinách, které vlastně „plané“ vůbec nejsou. „Z lesa i ze zahrady od jara o d zimy“, nebo „Plané rostliny v kuchyni“, to jsou jen dva názvy oblíbených knížek této autorky. Znají je nejen naši milovníci dobré kuchyně, ale mnozí čtenáři i v zahraničí. *Kdy vlastně tato tematika – koření – vnikla do vašeho života, paní inženýrko?*

„Miluji koření odjakživa, byl to vždy můj koníček, posléze pořádný kůň. Jako absolventka zahradnické fakulty Vysoké školy zemědělské v Lednici na Moravě jsem ke své zálibě ještě dostala odborné pozhánání, a pak už se můj osud vyvíjel jednoznačně: například v pracovním tak, že jsem se profesně zabývala pěstováním rostlin, léčivek i kořeninovitými rostlinami při ministerstvu zemědělství České republiky.“

** Vaše životní krédo tedy zní?*

„Všechno, co příroda poskytuje, zužitkovat, a pokud možno bez chemie. Protože u nás na zahradě hnojím jediné pomocí kompostu a co se týká postřiků stromů – tak je provádím pouze jedno jedinkrát do roka, jinak všechno přenechávám s důvěrou Paní přírodě. Hodně fandím ptákům, krmíme totiž hojně ptactvo, protože například taková sýkorka udělá pořádný kus práce: likviduje s úspěchem obaleče jablečného, takže je to vlastně statečná bojovnice proti červivosti jablek.“

** Když byste si měla vybrat mezi kompoty: kterému byste dala přednost?*

„Míchanému kompotu, který v sobě zahrnuje barevnost i pikantní chuť. To znamená: třešně, angrešt, maliny. Například třešně doplňuji černým nebo červeným rybízem proto, abych mdlou chuť třešní ochutila agresivním rybízem, ale přitom se ani nemusí kompot příliš sladit. Stačí na jednu kompotovanou zavařovací sklenici jedna rovná polévková lžíce cukru. Můj oblíbený recept ze zahrady je třeba tenhle:

bezinky, černý jeřáb, kterého dám do celkového množství bezinek tak asi čtvrtinu podílu. Udělám

z toho pikantní džem, a naše babička pokaždé říká: Dášo, ty jsi zase udělala bezinky s hrozkami . . . Tak na ní ten jeřáb působí. Ještě bych dodala, že je dobré přidat trochu citrónové šťávy, trochu cukru, skořici a citrónovou kůru.“

** Když u vás vypukne doba zavařování a nakládání, jakou má kdo úlohu?*

„Děláme vše jako celistvá rodinná linka. Všichni členové rodiny pracují. Každý má svůj úkol. A nic nesmí zůstat ležet ladem. Například sbíráme i spadaná jablka, když nemají příliš tuhou slupku, tak je pořádně umyjí, zbavím jadřinců, přidám opět černý jeřáb a rozvařím vše do měkka. Je to výborná příloha i k masu. Je možné přidat ještě hřebíček i citrónovou kůru.“

** Už se vám někdy v životě něco v kuchyni opravdu nepovedlo?*

„Byly to okurky, které mě pořádně zradily. Celá jedna várka, tedy deset sklenic, byla strašně hořká. Já je nakládám s estragonem, ale protože mám právě estragon moc ráda, můj muž pojal podezření, že jsem právě toto koření přešvihla. Já však dobře vím, že okurky nebyly ty pravé, že vina byla na jejich jakosti. Jenomže muže lze těžko přesvědčit, a tak jsem ho nechala při jeho pravdě. Musím ale na rovinu přiznat, že od té doby, kdykoli nakládám okurky, muž stojí těsně u mě a hlídá mě: kolik tam tentokrát vrazím estragonu. Když se odvrátí, stejně tam strčím o něco víc než by povolil, protože toto koření miluji.“

** Sledujete televizní vysílání Receptáře nejen na neděli?*

„Pravidelně a nesmírně mu po celá léta fandím. Víte, co se mi na tomto pořadu nejvíc líbí? Samozřejmě, že recepty, návody na kuchtění, kutilské nápady a řada dalších myšlenek. Ale především jedno a to samé: jak jsme my, lidé, vynalézaví, jak dokážeme vymyslet nejruznější zlepšení, usnadnění pro práci a všední život. V tom je, myslím, ona velká síla a zároveň obrovská ro-

dina všech, kteří patří do receptářské společnosti. Proto jsem uvítala i časopis Receptář na každý den, protože k němu si člověk naopak může kdykoli znovu sednout a doslova si vychutnat všechny ty očištěné nápady. A zkusit je kdykoli sám. Také mnohé návody a recepty se staly i pro mě návodem, jak si zpříjemnit jídelníček a jak dosáhnout příjemných chvil.“

** Vaše oblíbené recepty z vaší vlastní hlavy?*

Bylo by jich několik, ale čtenářům tohoto magazínu doporučuji tyto:

1 kg cuket nebo patyzonů

3 jablka

3 větší rajčata

1 cibule

Vše rozvaříme ve 3 dl jablečného octa, přidáme 150 gramů surového, hnědého cukru, šťávu z 1 citronu, kůru z jeho půlky. Pak přidáme 2 stroužky česneku, 4 lžičce hrozinek, 1 lžičku soli a co se týká koření – dodáme 1 lžičku hořčičných zrněk, 1 vrchovatou lžičku mletého zázvoru, nebo místo toho můžeme přidat 1 lžičku čerstvého, drobně nasekaného zázvoru, 1 nasekanou feferonku, 3 kusy hřebíčku. Vše drobně nakrájíme, rozvaříme a dáme do malých skleniček. Je to velmi ostré a nahradí to spolehlivě indické mangové čatní.

Zrovna tak mohu doporučit gruzínské pastové koření Adžiku. Tu si uděláme takto:

Pomeleme pálivé i nepálivé papriky, a to vždy 2 díly nepálivých na 1 díl ostrých, pálivých paprik. Přidáme 1 díl česneku, 1 díl práškových semen koriandru, 1 díl koprů, 1 díl octa, soli a rajčat. Vše smícháme do pasty a můžeme k tomu ještě přidat 2 díly suchých a umletých bylinek, které nám vyrostly na zahrádce: bazalku, bobkový list, celerový list, petrželovou nať, saturejku, mleté semeno pískavice – tzv. řecké seno, o trochu méně majoránky, aby nám její pronikavější chuť nevyčnívala, můžeme přidat i další aromtické bylinky, co dům dal. Tuto směs s chutí přidávám i do karbanátků, na kuře, pečená masa, do dušené zeleniny.“

** Závěrem ještě jedna tradiční otázka: jakou knížku chystáte právě teď? Na co se můžeme těšit?*

„Právě jsem dopsala a už také odevzdala do tisku „Zelené koření“. Jedná se o knížku, která potěší všechny milovníky rostlin, které lze s přehledem a radostí využít jako koření do vaření. Uvádím tam mnoho nových receptů a jen si přeji, aby způsobily radost a dobrou chuť vám všem, kteří podle ní upravíte jídlo.“



STARÉ RECEPTY

... „Jsem členkou Klubu Receptáře a pravidelnou posluchačkou televizního pořadu i čtenářkou vašeho časopisu. V jednom pořadu mne velmi zaujalo uvedení „zavařovacího hrnce našich babiček“ i s odůvodněním výhod tohoto způsobu zavařování.

Firma, která tuto reformu výživy razila, vznikla v roce 1905 v Jevíčku na Moravě, jako jedna z prvních českých firem. Působila pod názvem MUDr. J. Bareš a PhDr. K. Till až do roku 1948, kdy musela ukončit činnost. Firma vyráběla zavařovací láhve Reform, Ideal a Premier. Jejím spoluzakladatelem byl můj otec p. Adolf Macek, pozdějším ředitelem se stal můj otec Vladimír Macek. Zavařování se provádělo právě v hrncích s teploměrem, které jste uváděli v Receptáři.

Posílám vám pro zajímavost několik zásad pro uchování potravin a receptů z té doby. Sama na památku schovávám několik dosud neporušených zavařenin s označením roku 1907, 1913 a dalších let. Z velkého množství receptů, ověřených a vyzkoušených našimi babičkami, by se snad mohly některé hodit i dnešním hospodyňkám“ ... píše paní Květoslava Macková-Věžen- ská.

Nad jejími recepty jsme si zavzpomínali na babičku v zástěře, které zavařování považovala za posvátný domácí úkol a podle toho také k němu přistupovala. Všechno se čistotou jen lesklo, utěrky byly vyvařené a čerstve vyžehlené, ovoce jen to nejlepší. Dnes, v zájmu rychlosti, možná mnoho odbýváme a tak si myslíme, že nebude na škodu „zastavit“ trochu rychle plynoucí čas a začít se do některých receptů dob minulých. Možná, že tam také najdete inspiraci, třeba „kterak zavařit meloun“, což nás, příznáváme se, vůbec, ale vůbec nenapadlo ...

PRAVIDLA ZAVAŘOVÁNÍ

A) Před zavařováním:

1. láhve, tj. pokrmové zásobnice, musí být „dokonale čisté“,
2. prohlédneme hrdla sklenic, nejsou-li poškozená, u skleněných vík rovněž,
3. kroužky gumové prohlédneme, nejsou-li poškozeny neb příliš zatvrdlé, načež je očistíme mýdlem a přihlížejme, aby nebyly položeny někam, kde by se znovu potřísnily, nebo mohly zamazati,
4. závěry (neb ocelová pera) prohlédneme, jsou-li dostatečně pružnými. Nepružné kusy si opravme, nebo raději vyřadme,
5. pokrmové zásobnice plňme cukrovým roztokem nebo u mas mastnotou výhradně nálevkou, aby se nám guma nepotřísnila,
6. pokrmové zásobnice neplňme až po okraj, nýbrž 2–3 cm pod hrdlo!
7. uzavřené láhve nenahýbejme, aby se obsah nerozlil kolem gumového kroužku, ježto tím víko těsně nepřilehne, ba někdy roztokem se jenom přilepí, aby za čas povolilo,
8. zahříváme v hrnci po předepsanou dobu, při čemž za říditko mějme na zřeteli, tuto dobu nikdy nezkracovati a nepřekročovati stupeň teploty (raději o 1–2 °C méně).

B) Po zavaření

9. ocelových per nebo perových závěrů nesnímejme, dokud láhve zcela neochladly,
10. když dokonale vychladly, přesvědčme se, zda každá láhev je dobře uzavřena, dá-li se víko nadzvihnouti, musíme sterilovati znovu,
11. prvních 14 dnů častěji přehlédneme, zda víko těsně drží, kdyby některé povolilo, sterilujeme znovu,
12. zavařeniny ukládáme na sebe do spíže neb jinam na místa chladná, kde však nemrzne!



1905-1930

REFORMA VÝŽIVY

MUDr. J. BAREŠ & Ph. Mr. K. TIL

VÝROBA POKRMOVÝCH ZÁSOBNIC „REFORM“

JEVÍČKO PRAHA I.

MORAVA. Telef. Jevíčko č. 15. Telef. Praha č. 215-14. CELETNÁ 7.

Adresa telegramů a zkrác. adresa: „REFORM“ JEVÍČKO

Žirový účet u Živnostenské banky v Praze.

Žirový účet u Moravské banky v Boskovicích.

Účet u pošt. úřadu šekového v Praze čís. 78.286.

Účet u pošt. úřadu šekového v Zagrebu čís. 40.988.

JEVÍČKO, dne
PRAHA,

193

PATENT-EINSIEDETOPFE

»REFORM«

Preis versteht sich für den Topf mit Ständer, Stahlfedern und Thermometer.

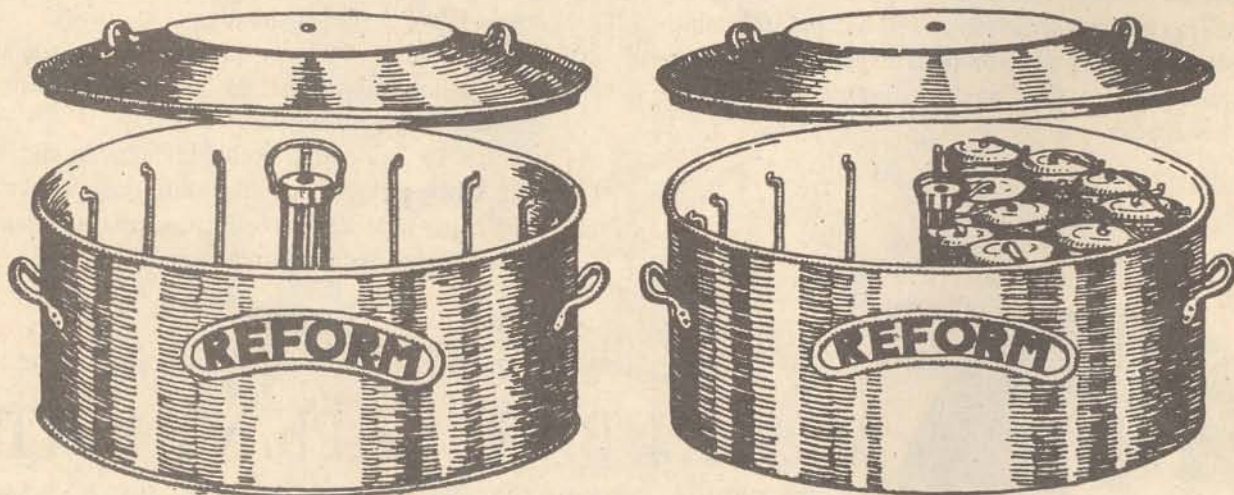


Nr. I. 25 l verzinkt
mit angelötetem Boden
Kč 69.—

Nr. II. 20 l verzinkt
gestanzt
von einem Stück geprägt
Kč 83.—

Nr. III. 25 l verzinkt
gestanzt
von einem Stück geprägt
Kč 88.—

Kleine Gläser kann man aufeinanderstellen, sodaß man bis 18 Stück auf einmal sterilisieren kann. Zu einem jeden Topfe wird ein Kochbuch »Konservierung von Speisen« gratis gegeben.



Nr. IV. 90 l verzinkt
mit angelötetem Boden
(mit 18 Ständer u. Stahlfedern)
Kč 242.—

Nr. V. 90 l verzinkt
gestanzt
von einem Stück geprägt
(mit 18 Ständer u. Stahlfedern)
Kč 365.—

Diese große Einsiedetöpfe werden meistens in Hotels, Schulen u. s. w. gebraucht, man kann da auf einmal bis 65 St. einsieden.

Mějme na paměti, že naším účelem jest vytvořit zá-
chůvky pokud možno trvanlivé, přirozené chuti i tvaru.
Obé však mění nám var, jest tedy první podmínkou, aby
nepřišlo ovoce do varu. Zkušenost ukázala, že stačí te-
ploty mezi 65–80 °C, jsou-li po nějakou dobu na této
výši udržovány, ke zničení všech plísní. Doba steri-
lace, t.j. zahřívání, trvá povětšinou u ovoce pouze 20–30
minut.

Ovoce má být pokud možno čerstvě česané, a to za
suchého počasí, zralé sice, ale nikoliv úplně, ne tedy
měkké, nýbrž raději poněkud zatvrdlé. Česáme-li ovoce
sami, pak je nemyjeme, pouze nanejvýš ořeme vlhkým
hadříkem. Je-li ovoce z trhu, pak nezbude než je oprati,
ač tím ztrácí ovšem na aroma a zevnějšku. Mimo stupně


zralosti, však jest ještě jedno důležité, totiž, ovoce nesmí
být poškozené a otlučené. Ale též stopky se nemají vy-
trhávat, poněvadž tím vznikne vždy rána, zejména při
ovoci měkkém, třešních, hroznech atd.

Čisté, čerstvé ovoce narovnáme do lahve tak, aby
mezi ním bylo co možná málo místa na vyplňující tekutinu,
raději něco je stlačíme dřevěnou paličkou „re-
form“, zejména navrchu, aby pak při zavařování celý
obsah se nezvedl a neplaval navrchu tekutiny. Některé
ovoce zavařujeme pouze do lahví narovnané, bez veške-
ré přísady vody, cukru nebo čokoliv jiného.

Na jiné nalijeme tekutinu udanou při každém druhu
zvlášť, nejčastěji roztok cukru. Tekutina necht' dosahuje
jen 2–3 cm pod okraj.

FLEISCH-GLÄSER „REFORM“


ausstürzbar,
glatte Innenfläche



Durchmesser 110 mm
Garantiert sprungsicher
Besonders starkes Glas!

Nr.	21	22	23	24	25
Gr. i. L.	1 1/4	1 1/2	1 3/4	2	2 1/2
Kč	5.60	6.10	6.60	7.60	9.60

FRUCHTSAFT-VORRATSGLÄSER „REFORM“



Durchmesser 40 mm
Garantiert sprungsicher!

Nr.	41	42	43	44	45	46
Gr. i. L.	100	200	350	500	750	1000
Kč	3.20	3.50	3.90	5.20	5.50	6.50

ERSATZDECKEL „REFORM“

Nr. 101 zu Normalgläsern Kč 1.50
Nr. 102 zu Fleischgläsern „ 1.50
Nr. 103 zu Fruchtgläsern „ 1.50

VERSCHLÜSSE:

Nr. 61 zu Normalgläsern Kč 40
" 64 zu Fruchtgläsern " 80
Nr. 62 zu Normalgläsern Kč 40
Nr. 63 zu Fleischgläsern " 60

ERSATZRING „REFORM“

Nr. 105 Zu norm. starken Vorratgläsern Kč 0.30
Nr. 106 Zu Fleisch- u. Exp. Vorratgläsern Kč 0.60
Nr. 107 Zu Fruchtgläsern Kč 0.80

Gummiringe aller Konkurrenzdimensionen 88x83 73x68, 62x57, 88x103, 63x107 mm zu Originalpreisen zu haben.
Die erste Ziffer bedeutet den Innern, die zweite den äusseren Durchmesser.

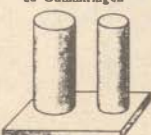
TÖPFE „REFORM“

Wir empfehlen verzinkte, welche solid, glänzend und ohne Naht sind.

Art	Verzinkt gelötet	Verzinkt aus 1 Stück	Email weiss gepresst	Verzinkt gepresst	
Nr.	80	82	83	84	85
Größe	25 l	20 l	25 l	25 l	90 l
Kč	62	112	118	148	465

Preis sammt Thermometer u. öchsischen sehr erweiterten Fachbuch.
Mit deutschem Fachbuch um 3 Kč billiger.


HOLZSTÄNDER zu Gummiringen




Höhe 18 cm
Nr. 14 zu Originalgläsern Kč 4.20
Nr. 142 zu Original- u. Fleischgläsern 8.20
Nr. 143 zu Original-, Fleisch- u. Fruchtgläsern Kč 9.50

OBSTPRESSEN „REFORM“

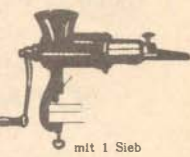
welche sauber arbeiten!



mit 2 Sieben
Nr. 110 Kč 45



mit 2 Sieben
Nr. 111A Gr. 2A Kč 59
Nr. 111 Gr. 2 Kč 65
Nr. 112 Gr. 5 Kč 122




mit 1 Sieb
Nr. 117 Größe 5 Kč 14.50
" 117A " 5A Kč 12.20
" 118 " 8 Kč 20.50
" 119 " 10 Kč 28
Zuschlag für ein 2.Sieb Kč 1.70

PRESSAUFSATZ


wird an die Fleischmaschine angesetzt

KORB-PRESSEN „REFORM“




GROSSE PRESSEN ZUR WEIN- UND OBSTSAFTERZEUGUNG FÜR HAUSHALT UND INDUSTRIE

Körbe bis 20l sind einteilig
" von 35l " zweiteilig
" von 100l " zweiteilig
und Druckpressen sind zweifach
Durchaus nur erstklassige und vornehme Ausführung



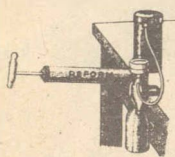
SCHABE



Nr. 195 . . . Kč 55

Nr.	Korb-inhalt L.	Kč	Nr.	Korb-inhalt L.	Kč
181	5 l	160	186	75 l	1220
182	10 l	215	187	100 l	1480
183	20 l	288	188	185 l	1780
184	35 l	420	189	300 l	2550
185	50 l	638	190	450 l	8150

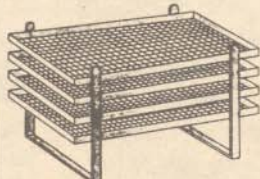
LUFT-SAUG-APPARAT „REFORM“



Schliesst in der Stunde 40-50 Flaschen
Nr. 88 Kč 136
Ersatzflasche Kč 4.80

Ersatz vacuummeter Kč 36.50
" Gummiröhren allein Kč 6.50
" Saugadel ohne Gummi Kč 5.50
" mit Gummi Kč 9


TROCKENSTELLER „REFORM“



Mit 4 Horten No 87 Kč 26
Mit 3 Horten sind billiger, wir empfehlen aber die mit 4 Horten.

OBST-PASSIERER


4 haarig



Nr.	111A	121	122	123	124	125A
Durchm. i. cm	18	20	22	24	26	30
Preis Kč	7.20	8.20	9.40	10.90	12.40	14.50
Reiber Nr. 88	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50
Komplet	8.70	9.70	10.90	12.40	13.90	16.50

Stets angeben ob Sie das Sieb mit Reiber wünschen


PRÉSSE stark verzinkt



Nr. 109 Kč 10.50

GEFRORENBES-MASCHINEN „REFORM“

erstklassiges Erzeugnis.



Größe	1	2	2A	3
Nr.	131	132	133A	133
Kč	74	88	80	99

235. CUKROVÝ OCET

Místo čistého nálevu cukru můžeme u nejvíce druhů (višňi, meruňk, remklódek, rynglí, švestek, hrušek, jablek) upotřebiti cukrového octa, jež připravíme, rozpustivše 600–800 g cukru v 1 litru vinného octa. Doba sterilace 20 minut při 90 °C.

236. BORŮVKY

Jako švestky dají se uschovat i borůvky ve stavu přirozeném neb s malou přísadou práškového cukru, asi 1–2 lžičce na litrovou láhev. Sterilace 15 minut při 80 °C. Hodí se výborně na koláče v zimě. Ale též s cukrovým nálevem 20–50%. Sterilujeme 15 minut při 80 °C.

Borůvky nutno zvláště mnoho paličkou Reform soustavně, avšak opatrně, v láhvi stlačovati, ale nesmějí se rozmačkat na kaši.

237. BRUSINKY

Dobře přebrané a očištěné plody zvážíme. Na 1 kg brusinek dá se rozvařit ½ kg cukru, do něhož se

dá vanilka a skořice (celá). Do rozvařeného cukru vsypou se brusinky, nechají se přejít varem a odstaví se. Láhve „Reform“, „Ideal“ nebo „Premier“ čistě umyjeme a dáme uschnout do trouby, načež do teplých se plní teplé brusinky. Sterilujeme 1 hod. při 60 °C.

238. HROZNY

Zralé, nikoli pře zralé hrozny opláchnou se na sítku. Pro úsporu místa v lahvích rozstříháme je na malé třepečky, ale nesmějí býti bobule od stopek odtrhány, nýbrž odstříhány. Na narovnané v láhvi nalijeme 15–40procentní roztok cukru a sterilujeme 20 min. při 75 °C.

239. JAHODY

Lesní jahody se zavařují méně, neboť nabudou vlivem hojných zrnek hořké příchuti, dá se však z nich zhotoviti huspenina a šťávy. Při zahradních jahodách užitých k zavařování nutno zvláště opatrně odstraniti okvěti se stopkou. Oboje nesmí býti vytrženo, nýbrž pomalu vyjmuto kroucením. Poněvadž není

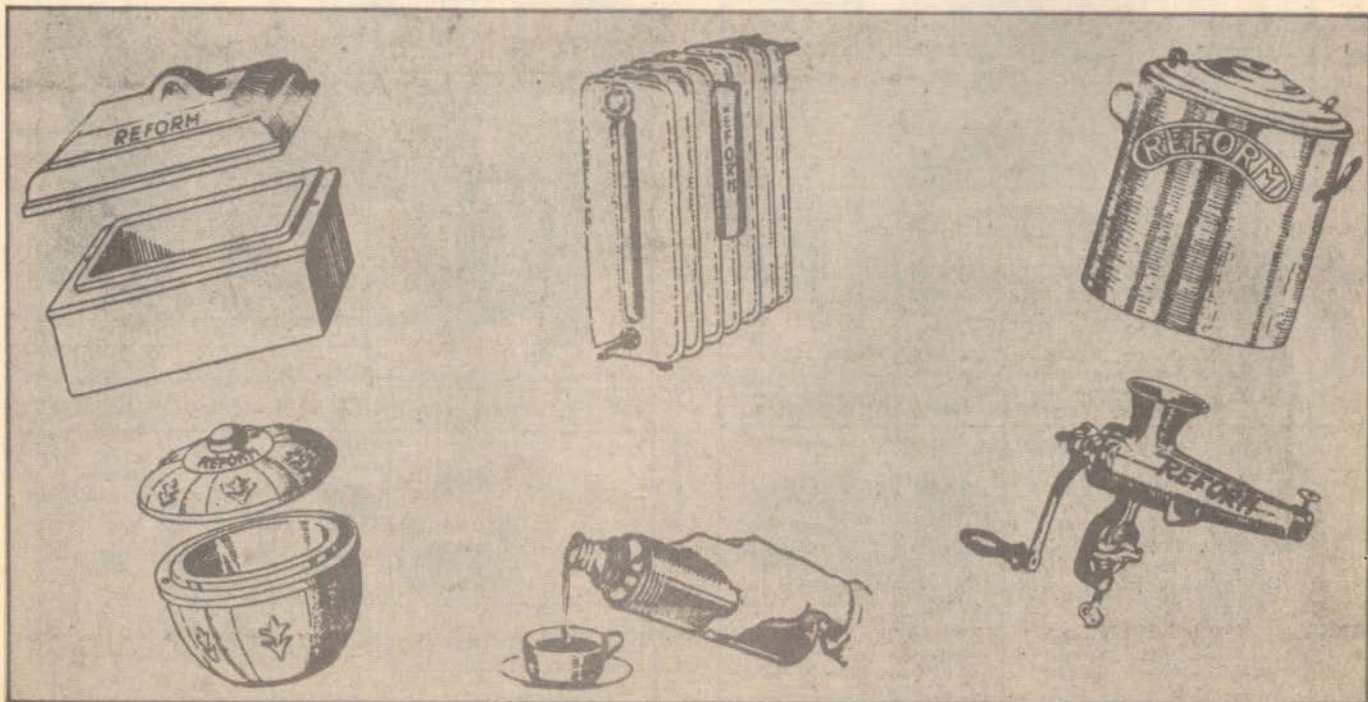
skoro možno jahodám udržeti přírodní barvu, doporučuje se cukr malinko přibarviti kapkou zdravé neškodného bretonu, aby se zachoval přirozený vzhled jahod. Pak pozorně opláchnuté ovoce narovnáme do lahví a sečkáme 1–2 hodiny, až se obsah sesedne, doplníme jej pak. Potom nalijeme roztok cukru 20–50 dkg na 1 litr vody. Sterilace trvá 15 minut při 80 °C. Nutno zahřívati velmi pomalu.

240. KDOULE

Plody jsou podoby jablka, zvláště lahodné vůně a plstnaté silné slupky. Vybereme pěkné zdravé kusy, které nerezivějícím nožem „Reform“ oloupeme, rozpůlíme a jádro vyjmeme. Takto připravené vložíme asi na 2–3 min. do horké cukrové vody (dle zralosti plodů na 1 l vody asi 60–80 dkg cukru), načež po vychladnutí vkládáme do zavařovaček a sterilujeme 25 minut při 85 °C.

241. JEŘABINY

Úplně dozralé bobulky sladkého jeřábu (*Sorbus aucuquaria moravica dulcis*) očištíme a dáme do ka-





menné nádoby. Rozvaříme cukr, asi $\frac{1}{2}$ kg na $\frac{1}{2}$ l vody. Se svařeného cukru seberejme pěnu a vsypeme do něho jeřabiny (přidá se kousek celé skořice). Necháme přejíti jeden var a odstavíme z plotny. Teprve prochládlé plníme do lahví a **sterilujeme při 80 °C 30 minut**. Jeřabiny získají zavážením na chuti, zvláště necháme-li je v láhvi déle, až jejich přirozená kyselost prosákne roztokem cukru.

242. MALINY

Toto ovoce, aby nám láhve vyplnilo co nejvíce, zavaříme tak, že je v hliněné nádobě polité studeným cukrovým roztokem na plotně 8–10 minut při 75 °C zahříváme. Potom je dáme do sklepa na $\frac{1}{2}$ –1 den vychladnouti, načez jimi láhve i se šťávou plníme. **Sterilace 20 min. při 80 °C**. Cukrovým roztokem musí být zcela pokryté.

243. MELOUNY

Melouny k zaváření určené nesmějí být přezrálé, nýbrž nejlepší jsou, když byly utrženy před úplným dozráním a pak dozrály teprve za několik dní uležením. Nakládají se oloupané, zbavené pečlivě měkkých součástí vnitřních, nakladou se na hlubokou porcelánovou mísu a posypou na prášek utlučeným cukrem. Nechají se tak asi den, až vypustí hodně šťávy. Potom se pruhy narovnají do sklenic, polejí cukrovým roztokem a **sterilují při 90 °C 20 minut**.

244. MIRABELKY

Celé, stopek zbavené nebo se zcela zkrácenými stopkami, neúplně zralé, tedy dosud trochu tuhé, na sítu opláchnuté mirabelky se **sterilují s roztokem cukru podle**

stupně zralosti a chuti 20–70 % při 80 °C po 20 minut. Cukru raději méně, poněvadž pak nakyslá šťáva, ve kterou se promění o 8% cukrová voda, jest delikátní občerstvující chuti. Jsou-li mirabelky příliš tuhé, propíchnají se na několika místech dřevěnou jehlicí!

Stejně tak sterilují se renklódky (ryngle) či zelenky a slívy. U těch se však stopky musí úplně odstraniti.

245. MORUŠE

Vybereme pěkné velké zralé plody, nikoliv ale kusy příliš změkklé a pomačkané, vložíme do patentní zavařovačky, nalejeme přes nálevku „Reform“ cukrový roztok a sterilujeme. Zavařené moruše skýtají opravdu dobrou pochoutku a bylo by si přát, aby se naše hospodyňky s tímto poměrně málo známým darem přírody více seznámily! **Sterilujeme 15–20 minut při 80 °C**.

246. OŘECHY BÍLÉ

Vezmeme velké ořechy (křapáče) ve stavu nedozrálém dokud nemají skořápky. Ořechy oloupáme nožkem (aby nečernaly) a házíme je do studené vody, potom je „blanchirujeme“, t.j. od studené vody počínaje, do které přidáme kysličník syřič. sodnatý, přivedeme do varu a necháme je vařiti jako brambory až změknu. Uvařené schladíme ve studené vodě a na zíněném síti „Reform“ necháme odkapati. Potom je uložíme do nádob (nejlépe kameninové) a zalejeme 20 °C chladným cukrem. Druhého dne cukr scedíme, ořechy složíme do lahví, a zalejeme s cukrem, který jsme dříve scedili a nechali svařit na 22 °C a vychladiti. Po zalití skleničky řádně uzavřeme a **necháme při 80 °C vařit v páře 15 minut**.

247. OŘECHY ČERNÉ

Ořechy musí být zelené, ne přezrálé, takové jako u loupaných (vhodná doba tak koncem června, raději dříve o nějaký den). Tyto propíchnáme dobře až k jádru špičatým dřívkem kolem dokola co možno, abychom nevynechali mística, dáme je do nádoby a močíme je ve vodě 14 dnů, přičemž vodu každý den vyměňujeme, aby hořkost z ořechů úplně vyšla. Po této době ořechy vaříme jako brambory, až změknu, hodně je vychladíme a opereme. Složíme do nádoby a zaleje cukrem vařeným na 18–20 °C, ve kterém jsme vařili pro chuť kousek skořice a hřebíčku. Druhý den cukr slejeme, ořechy složíme do sklenic a zalejeme čistým cukrem vařeným na 20–22 °C, uzavřeme a v páře vaříme 15 minut při 80 °C. (20–22 °C cukr vařený rozumíme: 60 dkg cukru svařit s 1 l vody.)

248. POMERANČE

Zvláště dobře hodí se k zavařování pomeranče krvavě červené, ale i žluté, které si rozdělíme na dílky a vkládáme do sklenice. Zalejeme cukrovým roztokem asi 20% a **sterilujeme 15 minut při 80 °C**.

249. REVEŇ ČI REĚBARBORA

Reveň získává si den ode dne větší oblibu v kuchyni, hlavně proto, že je levná, a může nahraditi drahou zavařeninu meruňkovou. Řapíky musí být čerstvé a mladé, je chybou, nechávají-li se, jak se někde děje, několik dnů odležeti. Oloupané řapíky pokrájejí se na kousky libovolně veliké a polejí se cukrovým roztokem, anebo se mezi jejich vrstvy sype práškový cukr. **Sterilujeme 30 minut při 90 °C**.

250. SMÍŠENÉ OVOCE

Pro každou domácnost, hlavně však tam, kde dítka kolem matičky se kupí, žebroníce o pamlsek, jest velmi doporučitelno zavařit značné množství lahví s ovocem smíšeným, jež buď z vlastních zahrad neb lacině koupené v sezoně jsme si obstarali. K tomu výtečně zužitkujeme i ovoce buď větrem neb červivé se stromu spadlé. Hrušky, oloupaná, na kousky nakrájená jablka s přidáním jiných druhů, např. švestek, dáme do hrnce vařit s přísadou vody a cukru, tvrdší druhy dřívě, měkčí později přidávajíc. Pak povychladlými plníme láhve, **sterilujeme 15 minut při 90 °C**. Pro zlepšení chuti můžeme přidati při vaření i trochu vanilky.

Co tímto v létě téměř bezcenným ovocem jsme nastrádali pro rodinu pochoutek na zimu a na jaro, dovede každý oceniti, zejména děti. Dobrou zavařeninu dáváme jim nejen jako pochoutku, ale i lék a zdraví! A je radost podívat se na dítě, které si i v zimním období na „čerstvém“ ovoci pochutnává! Nic se neohlíží, že bez lžičky rukou sahati do láhve je neslušné, takto to lépe chutná.

251. ŠÍPKY

Plodin šípkových je lépe užiti na marmeládu. Do cukru se nakládají hlavně pro účel cukrářský k obkládání dortů, cukrovinek apod. Buď se plody rozpůlí a chloupky vnitřní po případě i zevní štetinky se vyškrábou, nebo se shora naříznou a vnitřek se z nich vytlačí. Pak se operou v několikrát změněné vlažné vodě a rozvaří v cukrovém roztoku (1 kg cukru na 1 litr vody). Vychladlé se vše sleje do lahví a **sterilujeme při 80 °C 40 minut**. Ale jak zmíněno, lépe je zužitkovati šípky na marmelády a povidla.



252. ŠVESTKY

Zde upozorňujeme na způsob, který zejména milovníků švestkových knedlíků, buchet a koláčů, jest pravou pochoutkou. Očištěné švestky buď celé nebo rozkrájené na půlky nebo čtvrtky natlačíme do lahví dřevěnou paličkou „Reform“ a pak uzavřené bez jakékoli přísady v úplně přirozeném stavu **sterilujeme při 30 °C po 20 minut** znenáhla zahřívajíc. Ovoce v lahvích zchladne, vypustí šťávu a nebývá příliš vzhledné. Ale hlavní věc jest, že má úplně přirozené zachovalé švestkové jádro a při pečení nebo vaření opět nabude dobrého vzhledu. Ale chuť, zejména při koláčích, neliší se od čerstvého ovoce téměř ničím. Naše červnové švestkové „táče“ byly předmětem všeobecného překvapení. Loupané švestky takto zavařené, t.j. bez cukru, bez vody, poskytují opět tak výtečného, krásného a přitom laciného kompotu, že můžeme našim hospodyním dosti vřele doporučiti, aby tohoto ovoce celé velké koše si takto přechovaly, a to buď neloupaného nebo loupaného, oboje jest pro kuchyň, je-li ho dosti v zásobárně, pravým pokladem pro jarní i zimní měsíce.

253. BORŮVKOVÁ ŠŤÁVA

Na 1 litr zralých borůvek přidá se ¼ litru vody, v níž se rozvaří na kaši, která se filtruje plátnem, přičemž šťáva stéká do podložené nádoby. Na 1 litr šťávy se přidá ¼ kg cukru, svaří se obvyklým způsobem a naplní se do lahví ke sterilaci. Borůvková šťáva smíšená s vodou je výborným prostředkem při různých chorobách krčních jako kloktadlo a při rýmě, kdy se dvakrát denně dutina nosní šťávou vyplachuje. **Steriluje se 30 minut při 80 °C**.



254. BORŮVKOVÁ ŠŤÁVA JINÁ

Zralé přebrané borůvky se propláchnou vo vodě a dají se na sítku odkapat. Pak se rozmačkají, prolisují a šťáva ponechá se přes noc v klidu. Druhého dne se sleje z usazeniny na dně a filtruje. Na 1 litr šťávy přidá se 30–40 dkg cukru. **Steriluje se 30 minut při 80 °C** ve šťávových lahvích „Reform“. Borůvkové šťávy užívá se též k zabarvení zavařenin anebo jiných ovocných šťav na červeno.

255. JABLEČNÁ ŠŤÁVA

Nejlépe hodí se všechny lahodně nakyslé druhy jablečné. Jablka se oloupají, zbaví se jadřince a vylisují se. Šťáva se nechá přes noc v klidu. Druhého dne se přidá na 1 litr 40–50 dkg cukru, zvolna se trochu svaří a **steriluje ve šťávových lahvích asi 30 minut při 80 °C**.

256. JAHODOVÁ ŠŤÁVA NA OMELETY HUSTÁ

Jahody se protrou a jejich šťáva se tře se stejným množstvím cukru (podle váhy) po 2 hodiny. Pak se v lahvích **steriluje při 80 °C 30 minut**.

257. KDOULOVÁ ŠŤÁVA

Zralé kdoule se co nejjemněji ustrouhají na struhadle nebo rozemelou na ručním mlýnku. Šťáva se pak ihned prolisuje a nechá v porculánovém hrnku ustáti. Druhého dne nebo třetího se opatrně sleje z usazeniny na dně a ještě profiltruje. Pak se smíchá s cukrem, je-



hož běře se 60–70 dkg na litr šťávy a steriluje se v šťákových lahvích asi 30 minut při 85 °C. Kdoulová šťáva vyznačuje se zvláštní libou vůní.

258. MERUŇKOVÁ ŠTÁVA

Zcela zralé meruňky se odpekují a prolisují. Šťáva se uloží přes noc na chladném místě. Druhého dne přidá se na 1 litr šťávy 40–50 dkg cukru. Steriluje se ve šťákových lahvích při 80 °C asi 25 minut.

259. HRUŠKOVÁ MARMELÁDA

K její přípravě hodí se méně šťavnaté, sladké, ale hodně dužinaté plody, z nichž se připravuje marmeláda jako z jablek. Běře se však 40 dkg cukru na 1 kg protřené kaše. Jest lépe však smíchat hrušky s jablky. Steriluje se 30 minut při 90 °C.

260. JEŘABINOVÁ MARMELÁDA

K přípravě berou se pouze plody sladkého jeřábu, pěstovaného v zahradách a sice úplně zralé. Nejprve se oddělí od stopiček a pak se v trošce vody uvaří do měkka. Na 1 kg kaše dává se 75 dkg cukru a svaří se známým způsobem na marmeládu. Planě rostoucí jeřabiny se sice také hodí na marmeládu, ale jsou velmi trpké a nechutné. Sterilace 30 minut při 90 °C.

261. JABLEČNÁ MARMELÁDA

K přípravě berou se nejhodněji lahodně chutnající druhy, které se oloupají a části snad nějak poškozené nebo pomačkané se vykrájají,

stejně tak, jako jádřinec. Pak se pokrájejí a rozvaří se v trošce vody, anebo udusí se do měkka, načež se prolisují a na 1 kg kaše přidá se podle chuti a sladkosti plodů 40–50 dkg cukru. Marmeláda se pak vpraví do menších lahví a steriluje asi 30 minut při 90 °C.

262. JABLKOVÁ HUSPENINA

Je skutečně podivuhodným zjevem, že v našich zahradách, sadech, nebo ve stromořadích povazuje se někdy tolik spadlého ovoce, zvláště jablek, že možno to nazývat skoro hříchem. Kdybychom se podívali do krajů německých nebo v cizině, shledali bychom, že není tam vůbec spadaného ovoce. To bývá využítkováno do krajnosti. Spadlá jablka, která po krátké době hnijí, jsou semeništěm různých chorob, plísní i hmyzu. A přece mohou se snadno a účelně využítkovati k přípravě znamenitých huspenin či rosolů. Spadlá jablka každodenně sbíráme a ukládáme do komory a setřásejme je se stromů. Neboť ty plody, které se stromu spadnou, zpravidla nedozrají a nemohou se zvátí ovocem tabulovým. Máme-li jich nastrádáno více, opláchneme je ve studené vodě, očistíme a pokrájíme na čtvrtky, přičemž vadné nebo červy napadené části vykrojíme. Pak uvaříme je ve vodě do měkka a necháme hustým sítkem volně překapati. Získaná šťáva se nechá na kraji plotny vypařiti, což trvá 1–1,5 hodiny. Potom se odváží, přidá se na 1 k šťávy $\frac{3}{4}$ až 1 kg cukru a citrónova šťáva (na půl litru šťávy 1 citrón). Var se nechá pouze volně přejít a pěna se stále sbírá. Prochladlá a podle předchozích pokynů upravená huspenina plní se do zavařovacích lahví a steriluje se 30 min. při 80 °C.

Stejně postupujeme i při huspenině z hrušek.

263. MELOUNOVÁ HUSPENINA

Zralé, tzv. cukrové melouny se oloupají, nakrájejí se na kousky a zbaví se vnitřních měkkých součástí. Potom se vaří známým postupem na huspeninu se stejným množstvím cukru (podle váhy). Před vpravením do lahví přidá se k aromatisování trochu dobrého rumu. Ne však příliš a mnoho.

264. ARTYČOKY

Konzervují se dužnatá lůžka květných úborů, jež oloupneme hladce a vaříme do měkka ve slané vodě, necelou hodinu. Zcela vychladlé narovnájí se do lahví, zalijí silným roztokem (asi 20–30 g soli na 1 litr vody). Sterilujeme 30 minut při 100 °C.

265. KUKUŘIČNÉ PALIČKY

Mladé kukuřičné paličky se zrním ještě měkkým, nakládají se do octa. Běrou se pouze mladé zvrší malíčku. Nejprve se odstraní listy a vlákna a paličky se uvaří zpola ve slané vodě. Pak se nechají odkapati na sítku a když úplně vychladly, srovnají se do lahví a zalijí svařeným jemným octem. Láhve se nechají otevřené, po 8 dnech se ocet sleje, znovu se svaří a opět sleje vychladlý na kukuřici. Při vaření octa se přidá trochu celého pepře, koření a jeden bobkový list. Ale některé hospodyňky nakládají jen do čistého octa. Sterilujeme 100–120 min. při 100 °C.

Staré recepty sbírá Jana Škodo-
vá ze Žďáru n. S. Některé z nich
pro vás vybrala.

„Podle toho, co je napsáno v
kuchařské knize z roku 1908, naše
prabáby zavařovaly asi všechno. Za-

vařovaly s cukrem i bez, octem, lihem, rumem, vínem i hořčicí. Vyráběly šťávy, rosoly, kompoty, marmelády. Konzervovaly ovoce, zeleninu, maso. Nakládaly, sušily a také sterilovaly. Zřejmě měly k dispozici daleko více druhů surovin. Soudím tak z toho, že konzervovaly fíky, citróny, meloun, růžová poupata . . . Ale nechme povídání a nahlédněme do kuchařky. Alespoň na netradiční předpisy," napsala nám

Jana Škodová

266. ŠŤÁVA FIALKOVÁ

Z čerstvých fial otrhané květy vlož do čistého porculánového hrnce, nalij na ně vařící vody a nechej 24 hodin močit. Nádobu dobře ovaž a přikryj. Vody dej patřičný poměr k fialkám. Potom vymočenou šťávu jemným čistým plátnem proced'. Na ½ l této šťávy odvaž ½ kg cukru, oboje dej do porculánové nádoby, přidej šťávu z 1 citrónu a při mírném ohni nechej zvolna rozpustit a hodně zahřát, avšak k varu nesmí šťáva dojít. Pěnu, jež se na povrchu usadí, sbírej, čistou šťávu sced' a studenou nalij do lahví. Láhev zazátkovanou zalep nahoře smolou a pak ulož do sklepa k uschování.

267. ŠŤÁVA RŮŽOVÁ

Nerozvitá růžová poupata roztluč s několika kapkami vody na jemnou kašičku, vytlač šťávu a odvaž ji. Kolik váží šťáva, odvaž jednou tolik cukru, smíchej dohromady a vař spolu, až obě zhoustne, načež nechej vychladnouti. Vychladlou šťávu dej do lahví a uschovej do sklepa.

268. ZAVAŘENÝ MELOUN

Tvrký meloun oloupej a tuhé části jeho pokrájej na libovolné kostky. Na 1 kg kostek krájených odvaž ¾ kg curku; na tento nalij skleničku rumu, přidej jeden na plátky krájený citrón, dej do toho odvážený meloun a nechej vařit, až jsou kostky pěkně průhledné. Potom jimi naplň sklenice a studené dobře zavaž a uschovej.

269. CITRÓNY V CUKRU

Velké italské citróny jemně oloupej a rozřízni každý po délce na 4 díly; každý pak ještě překroj napříč na polovici. Takto je vlož na 24 hodin do studené slané vody. Potom je dej několik dní močit do studené čisté vody; musíš ji však zaměňovat. Když citróny již nejsou hořké, postav je se studenou vodou na sporák a nechej ½ hod. vařiti. Pak je dej opět do studené vody a na síť je nechej okapat. Nyní citrónovou dužinu lžící vyndej a nechej několik minut povařit v cukru, dříve uvařeném, zpěněném. V něm povařený citrón nechej do druhého dne. Pak cukr slij, nechej povařit a nalij na citróny. Za 24 hodin povař tyto opět s cukrem. Tak to opakuj po několik dní, pak citróny ve sklenicích uschovej.

270. RŮŽOVÁ POUPATA

Na jaře, kdy kvetou krásně růže, vyber nejlepší rozpuklá poupata, hlavně červená a růžová. V 1 l vody nechej hodně povařit 1 ½ kg cukru. Do vařícího vhod' dobře opraná, propíchaná poupata. Jakmile povaří, odstav je. Když je cukr ještě vlažný, nalévej ho do nízkých, širokých sklenic a poupata v cukru urov-

nej a sklenice pevně zavaž. Poupata uživej k ozdobení dortů, kompotů a huspenin.

271. OVOCE V MEDU

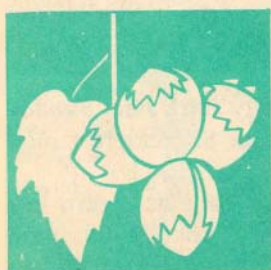
Dej do ½ l vody vařiti 1 kg medu, proutek vanilky, ½ l čistého lihu. Do vařící vody s medem dej 2 ½ kg ovoce, nechej asi třikrát přejít varem, načež odstav nádobu z ohně, vydelej ovoce, nechej opět tekutinu vařiti a vlož do ní zase 2 ½ kg čerstvého ovoce. Nechej přejít dvakrát varem. Toto vlij k prvnímu ovoci, přidej na hrot nože kyseliny salicylové a nechej vychladnouti. Vychladlé ovoce dej do hrnce kamenného, obvaž a uschovej.

272. FAZOLOVÉ LUSKY V CUKRU

Na ½ kg širokých, úplně čerstvých, mladých dužnatých lusků svař 38 dkg cukru se 6 hřebíčky a kouskem skořice. Lusky stáhni a uvař v celosti na měkko v slané vodě, načež je dej do studené vody, aby se z nich sůl vyloužila. Potom je oced', nechej na síť okapati, vlož je pak do hrnce a polij vařícím cukrem, přikryj a nechej tak ležeti do příštího dne. Pak cukr slij, znovu svař a na lusky nalij, což i třetího dne opakuj, načež lusky se syrobem cukrovým dej do sklenic, obvaž je a na chladném místě uschovej. Upotřebuje se jich tak k ozdobě dortů a pečiva vůbec.

273. HROZNY

K tomuto se upotřebí malých pevných hroznů, které se nechají v celosti. Dobře je prohlédni, jsou-li čisté a slož do velkých sklenic. Pak





na ně nalij studeného vařeného octa, do něhož dáš vařiti cukr s citrónovou kúrou; sklenice dobře zavaž a uschovej. Hroznů upotřeb k okrase salátů.

274. POMERANČE V LIHU

Pěkné sladké pomeranče, nejlépe červené nebo mandariny, opatrně oloupej a vkládej do studené vody, pak je dej vařit do vody, až jsou měkké, ale nesmí se rozpadnout. Uvařené nechej na síti okapat. Zvlášť uvař na každý 1 kg pomerančů 1 kg cukru v trošce vody. Až se tento táhne jako nit, vlož do něho pomeranče a nechej povařit a pak dej na 48 hod. do chladného místa. Potom nechej ještě asi pětkrát povařit a dávej studené do sklenic. Šťávu smíchej se stejným množstvím francouzského lihu, vylíj na pomeranče a uschovej.

275. HRUŠKY ZAVAŘENÉ V HOŘČICI

Pěkné zralé hrušky vař celé, neoloupané ve vodě tak dlouho, až je snadno propíchněš; ve vodě, v níž se vaří, nechej hrušky vychladnout. Potom je vyndež a oschlé slož do kamenného hrnce. Prolož je při skládání na kolečka krájeným křenem, bobkovým listem, zrnky nového koření, pepře, hřebíčku. Nyní vše zalij octem, do něhož jsi zamíchala mletou hořčici. Na 3 l hrušek béře se 180 g hořčice. Hrušky musí býti v octě zaplaveny, načež hrnec dobře ovaž a postav do sklepa. Takto připravené hrušky výborně chutnají ke studenému masu.

276. HŘÍBKY V SOLI NALOŽENÉ

Dobře očištěné, pěkné tvrdé hříbky pokrájej a promíchej se solí. Na ½ kg hub vezmi 60 dkg soli. Promíchané srovnej do sklenic, zavaž pergamenovým papírem a uschovej.

Takto možno uchovat i celé hříbky. Dávají-li se do polévky, tato se již málo nebo vůbec nesolí, potřebuješ-li hříbky k jiným přípravám, nechej je napřed ve vodě vymočit. Při nakládání pouští hříbky vodu; tuto seber, odstraň a nahoru dej vrstvu soli.

277. HŘÍBKY V OCTĚ NALOŽENÉ

Malé hříbky dobře očist' a několikrát v čisté vodě přemyj; nato dej hříbky do vařící vody s octem a solí několik minut vařit. Povařené proced' sítem, prolíj studenou vodou a nechej okapat. Zvlášť svař ocet s vodou, a sice každého polovici; přidej soli, citrónové šťávy a několik zrněk pepře; až přijde do varu, vsyp hříbky do octa, jak počnou vařit, dávej je do sklenic a vodu s octem, v níž se varily, na ně nalij. Studené hříbky zalíj lojem, zavaž a uschovej.

278. HOUBY V CITRÓNOVÉ ŠŤÁVĚ

Očištěné malé hříbky vlož do vařící slané vody; jakmile přejde var, vyndež je, pak dej do vody trochu citrónové šťávy a trochu soli, hříbky se vaří ještě chvíli v citrónové šťávě,

vě, ulož je pak do sklenic a zalíj šťávou, nechej v páře vařit 6 minut. Až jsou prochládlé, teprve je obvaž a uschovej.

279. ŽAMPIÓNY V OCTĚ

Mladé, bílé, pěkné žampióny odkroj se stopky a vkládej do studené vody, do níž jsi dala několik kapek citrónové šťávy. V ní je nechej močit asi hodinu. Pak je vlož ještě do jiné čisté vody. Do kastrolu dej 1 díl vody, 2 díly octa a soli, do toho hoď žampióny a nechej přejít několik varů; odstavené dej sběračkou na síto, prolíj studenou vodou a dávej do sklenic. Zvlášť uvař vinný ocet: do ¾ l octa dej ¼ l vody, trochu soli, málo kmínu, tymiánu, bobkový list, kousek citrónové kúry; až vše povaří, přeced' a zchladlé nalévej do sklenic se žampióny. Tyto musí být zaplaveny. Sklenice ovaž papírem a dej 5–6 minut do páry vařit.

280. RYZCE ZAVAŘENÉ

Odřež hlavičky pěkných, mladých, tvrdých ryzců a vlož je do studené vody. Do kastrolu dej vařit ocet s vodou a solí, vhod' ryzce do vařícího octa a nechej 10 minut vařit, pak je dej okapat na síto. Nyní dej do jiného hrnce vařit 3 díly octa, 1 díl vody, několik zrněk nového koření, bobkový list, proutek tymiánu, špetku kmínu a soli. Až vše dobře povaří, pak odstav a prochládlými naplň sklenice. Ocet, v němž se varily, nalíj na ně, obvaž pergamentovým papírem a uschovej.

Recepty z časů našich babiček uzavírají další z našich magazínů připravovaných ve spolupráci s televizním pořadem Receptář nejen na neděli. Možná namítnete, že například ryzce už z našich lesů téměř vymizely nebo že na přípravu fialkové šťávy nemáte v dnešním překotném spěchu a shonu dost trpělivosti. Věříme však, že závěrečná kapitola vám přinesla trochu poezie, kousek kouzelné atmosféry zašlých časů — a možná i inspirace pro vaši kuchyni.

Těšíme se i na vaše nápady, zkušenosti a recepty — a zveme vás ke sledování televizního Receptáře nejen na neděli!

KONZERVUJEME BEZ CHEMIE

dr. Zdeněk Brezina a kolektiv

V edici Recepty z Receptáře vydalo vydavatelství a nakladatelství RENA, spol. s r. o., 615 00 Brno, Nopova 34 v červnu 1991 jako svoji druhou publikaci.

Vydavatelské oprávnění MK ČR čj. 3915/91-I/OKK

Obálku navrhl a graficky upravil: Jindřich Herbrých

Vytiskla: Těšínská tiskárna, s. p., Český Těšín

Náklad: 90 000 výtisků, počet stran 64, VA — 14,19

Cena: 15 Kčs

ISBN: 80-900760-1-7





