

И АРОМАТЫ ЛЕТА СОХРАНИМ

ПАПРИКАШ

9 кг сладкого перца, 3 кг помидоров, 50—60 г зелени петрушки.
Состав: на 1 л томатного сока — 20 г соли.

Перец вымыть, вырезать семена, снова вымыть и нарезать кусочками размером 3x4 см. Бланшировать 3—4 мин в кипящей воде и сразу же охладить в холодной. Мелкоплодные помидоры вымыть и сложить вместе с перцем уложить в банки. Нарезанную зелень положить на дно. Если есть только крупные помидоры, нарезать дольками и положить на дно и поверх перца. Залить кипящим томатным соком с солью и стерилизовать в кипящей воде (литровые банки — 50—60 мин).

ПЕРЕЦ В РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ ПО-БОЛГАРСКИ

5 кг сладкого перца, 7,5 кг помидоров, 2 кг лука, 200 г зелени петрушки, 1 л растительного масла, 80 г соли, 70 г сахара.

Перец вымыть, вырезать семена, нарезать плоды кусочками размерами 2x4 см и слегка поджарить в растительном масле. Лук очистить, нарезать кольцами и поджарить в растительном масле до золотистого цвета. Зелень измельчить. Помидоры вымыть, нарезать дольками и уварить до половины первоначального объема. Затем добавить в помидоры при помешивании соль, сахар и 400 г растительного масла. Когда соль и сахар растворятся, порциями положить перец, лук и зелень. Довести смесь до кипения и сразу же разложить в банки. Стерилизовать в кипящей воде (литровые банки — 40 мин).

ПЕРЕЦ ПО-УКРАИНСКИ

1 кг сладкого перца, 1,5—2 ст. ложки уксуса, растительное масло.

Зрелый мясистый перец натереть растительным маслом и испечь в духовке до мягкости. Горячий перец очистить от кожицы, вырезать семена, оставить один в другой и плотно уложить в банки, пересыпая солью. Залить уксусом и стерилизовать в кипящей воде: поллитровые банки — 30 мин, литровые — 35 мин.

ПЕРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПО-ЧЕШСКИ

Состав рассола: на 1 л воды — 80 г соли, 20 г сахара.

Сладкий мясистый перец вымыть, вырезать семена, еще раз вымыть, плотно уложить в банки

Дорогие хозяйки, у каждой из нас есть свои излюбленные, проверенные способы переработки даров сада и огорода вприкуску, но всегда хочется чего-то новенького, необыкновенного. Можете быть, попробуете эти рецепты?

Сверху положить кружок и гнет, залить холодным рассолом, накрыть салфеткой и оставить в теплом месте на 10—12 дней. Затем хранить в холодном месте с температурой около 0 градусов.

ПЕРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПО-ПОЛЬСКИ

Состав заливки: на 10 л воды — 40 г соли, 20 г лимонной кислоты, растительное масло.

Перец разной степени спелости (зеленый, желтый, красный) вымыть, обрезать с обеих концов, удалить семена, оставить плоды одни в другой по 2—3 шт. Плотно уложить перец в банки, залить кипящим рассолом почти до краев горлышка. Сверху подлить растительное масло. Укупорить, оставить на сутки при комнатной температуре, затем хранить в холодном месте.

ПЕРЕЦ СОЛЕНЫЙ, ФАРШИРОВАННЫЙ ОВОЦАМИ

Состав фарша: 150 г очищенной моркови, 800 г белокочанной капусты, по 25 г зелени петрушки, укропа и сельдерея, 30 г соли.

Состав рассола: на 1 л воды — 50 г соли.

Из зрелого мясистого сладкого перца вырезать семена, плоды вымыть, дать стечь воде и в каждый плод насыпать соли из расчета 15—20 г соли на 1 кг очищенного перца. Выдержать 2—3 ч. Морковь очистить и нарезать соломкой. Капусту мелко нашинковать. Зелень измельчить. Все овощи тщательно перемешать в тазу и заправить солью. Готовый фаршем плотно заполнить перец. Фаршированные плоды уложить в банки и залить холодным рассолом. Первые 10—12 дней держать при комнатной температуре, затем перенести в холодное место.

ДЫНЯ В ЖЕЛЕ

Дыня должна быть мягкой и плотной мякотью. Очистить ее от кожицы и семян, разрезать сначала дольками, а затем каждую дольку — на кусочки величиной с грецкий орех. Уложить их в стерильные банки (лучше емкостью 0,5 л) по плечики. Сверху в каждую банку можно добавить по листику мяты.

Отдельно приготовить сироп из воды, сахара и лимонной кислоты (в про-

порции по вашему вкусу). Залить желатин холодной кипяченой водой и оставить на 30—40 мин., чтобы набух. Только после этого измерить количество сиропа и на каждый литр его нужно взять 6 столовых ложек с верхом набухшего желатина. Сироп с желатином поставить на огонь, довести до кипения, разлить в банки с кусочками дыни, накрыть крышками и стерилизовать 2—3 мин., следя за тем, чтобы дольки дыни не переварились. Крышки закатать, укутать банки одеялом на 3—4 часа. Хранить на холоде. Приготовленная таким способом дыня сохраняет вкус и аромат свежей.

ЯБЛОКИ ПИКАНТНЫЕ

Сначала приготовить маринад из 200 г зелени петрушки, 200 г сладкого красного перца, 70 г чеснока, которые надо залить водой и растительным маслом, добавить 50 г соли и 30 г сахара. Поставить смесь на огонь и довести до кипения. В полученный маринад опустить 3 кг яблок (с кожурой, но без сердечины), кипятить полчаса, периодически помешивая. Горячим залить в стерильные банки и закатать.

АРБУЗЫ НА ЗАКУСКУ

Нужны спелые, но не перезрелые арбузы. Нарезать их небольшими ломтиками, очистить от семян и корки (корку можно и оставить). Плотно уложить в трехлитровые банки и залить кипятком. Через 15 мин воду слить в кастрюлю и добавить в нее 3/4 стакана сахарного песка, 1 ст. ложку соли, 100 г уксуса (расчет на 1 банку). Рассол вскипятить и кипящим залить кусочки арбуза. Банки закатать крышками и укутать одеялом.

ТЫКВА ОСОБЕННАЯ

В кастрюлю налить 1 л воды, добавить 200 г 9%-ного уксуса, 5 г соли, 350 г сахара, 150 г растительного масла, мелко нарезанные дольки чеснока и корень петрушки. Поставить на огонь и довести до кипения. Положить в рассол 4 кг очищенной и порезанной тыквы. Варить, постоянно помешивая, в течение получаса. В горячем виде разложить по банкам и сразу же закатать.

ОГУРЦЫ И ПОМИДОРЫ В ЖЕЛАТИНЕ

(Рецепт на 13 литровых банок). Банки простерилизовать. На дно каждой положить лавровый лист, лук репчатый, нарезанный кружочками, гвоздику, черный перец горошком. Помидоры (непереарелые), огурцы нарезать кружочками, сладкий перец — кольцами. Уложить их послойно. Если будет много сока, его надо слить. Затем залить маринадом. Накрыть крышками и стерилизовать час. Закатать банки и перевернуть для охлаждения.

Маринад: 2 л воды, 120 г соли, 120 г сахара, 200 г 9%-процентного уксуса. Все прокипятить и охладить. На каждый стакан маринада — 3 ст. ложки разбавленного и доведенного до кипения желатина.

САЛАТ ПО-МОСКОВСКИ

Для его приготовления нужно по 1 кг моркови, лука, сладкого перца и 3 кг помидоров.

Все овощи порезать тонкой соломкой, сложить в глубокую кастрюлю, добавить стакан сахарного песка, 100 г соли, 1,5 столовые ложки уксуса, 400 г подсолнечного масла. Все перемешать и варить 40 минут. Перед окончанием варки добавить несколько горошин черного перца. Горячую смесь разложить в банки и тотчас же закатать.

ЗАКУСКА «АШЕРОНСКАЯ»

3 кг баклажанов, 2 кг тыквы, 2,5 кг помидоров красных, 1 кг перца болгарского, 500 г масла растительного, 300 г чеснока, 150 г уксуса 6%-процентного, 150 г сахара, 100 г соли, 4 пучка петрушки, горький перец по желанию.

Баклажаны порезать кусочками примерно 1x1 см. Тыкву примерно так же (без семян и кожицы), перец — 2x2 см, чеснок и помидоры пропустить через мясорубку, зелень измельчить. Собрать маринад в молотые помидоры опустить соль, сахар, уксус, масло, зелень, довести до кипения и опустить овощи (баклажаны, тыкву и перец), хорошо размешать до покрытия овощей маринадом. Кипятить 50—55 минут, расфасовать, закатать, укутать на полчаса, перевернув вниз крышками. После остудить и вынести на хранение. Готовой продукцией получается примерно 15—16 банок по 0,5 литра.

НАЧНИТЕ ЛЕЧИТЬСЯ СУХОФРУКТАМИ

Они полезны для желудка

СВОЙСТВА

Изюм, инжир, финики, чернослив и курага улучшают пищеварение — содействуют расщеплению и усвоению пищи. В них содержатся ферменты, которые способствуют усвоению пищи. В них содержится много сахара, который способствует усвоению пищи.

В изюме содержится большое количество бора, который так необходим для предотвращения остеопороза и его лечения. Профилактику этого заболевания нужно начинать проводить как можно раньше. Этот элемент, который можно найти в миндале, и в меде, и в бобовых, к тому же помогает усвоению организмом кальция. Финики — прекрасное противовоспалительное средство, они подавляют болевые ощущения, так как содержат вещества, близкие по своей структуре к аспирину. Некоторые врачи счита-

ют, что эти фрукты даже снимают риск заболевания раком поджелудочной железы.

Инжиру тоже присписывается способность противодействовать новообразованиям, что подтверждают последние исследования ученых в этой области. Он обладает дезинфицирующим действием — уничтожает кишечных паразитов.

ПОВОЧНЫЕ ЯВЛЕНИЯ

Однако, начиная лечение сухофруктами, не слишком налегать на них, особенно на финики и инжир, — в больших количествах они могут спровоцировать сильную головную боль. К сожалению, причина этого явления пока не установлена. Да и тем, кто строго следит за весом, не стоит есть слишком много сушеных фруктов — при всех их достоинствах они достаточно калорийны.

УЛЫБКА МЕЖДУ ДЕЛОМ

Встречаются два ежика. У одного забинтована лапка.

— Что с тобой?
— Ничего. Просто хотел почесаться.

В темном переулке:
— Гражданин, вы не видели поблизости милиционера?
— Нет.
— Нет? Тогда снимайте пальто!

Врач осматривает больного. Постепенно лицо его становится все серьезнее и серьезнее.

— Вы не возражаете, если я позвоню по вашему телефону? — спрашивает врач.
Звонит.
— Это ты, Петя? Скажи, ты все еще ищешь квартиру?

Один человек выгуливает здоровенную собаку. К нему подходит другой и интересуется:

— Скажите, а у вашей собаки есть генеалогическое дерево?
— А зачем? Он пользуется любым.

Лягушка сидит на берегу реки, опустив лапки в воду и мечтает. К ней подходит бегемот и спрашивает:

— Эй, лягушка! Ну найдена модельная женская туфля.

Обращаться после 18 часов по адресу: р.п. Мучкапский, ул. Первомайская, д. 59.

как — сегодня вода холодная?

Лягушка обижено, но с достоинством:
— Я здесь, между прочим, как женщина, а не как термометр!

Молодой человек обращается к окулисту:

— Доктор, у меня после свадьбы начались проблемы со зрением.
— То есть?
— А я не вижу денег!

В кафе к известному поэту подошел самоуверенный молодой поэт:

— Как дела, коллега?
— спросил он.
— Коллега? — удивился мастер. — Вы что, тоже страдаете ревматизмом?

— Алло! «Скорая»? Ми-нута назад мой сын проглотил авторучку!

— Скорая приедет. А вы знаете, что делать?

— Конечно! Буду писать карандашом.

В суде:
— Вас уже пятидесятый раз ловят за вымогательство денег у коммерсантов, — говорит судья рэкетирю. — Что же мне с вами делать?

— А не устроить ли нам по этому поводу небольшой юбилейчик? — отвечает подсудимый.

Редактор
В. М. РЕПИН

УЧРЕДИТЕЛИ: РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ И АДМИНИСТРАЦИЯ РАЙОНА.

Газета зарегистрирована Воронежской региональной инспекцией по защите свободы печати и массовой информации. Регистрационное свидетельство № 0393. Выходит 3 раза в неделю: по вторникам, четвергам и субботам. Индекс издания: 64086. Тираж 2744. Заказ 192.
Выпуск по графику — в 17 часов. Подписано в 18,00.
Ответственный за выпуск А. В. Жалнин.

Адрес редакции: 393570, Тамбовская область, пгт Мучкапский, ул. Базарная, 6. Телефоны: редактора — 2-19-60, ответственного секретаря — 2-10-47, отдела экономики — 2-13-49, общественной жизни — 2-10-47; шифс и социальные проблемы — 2-13-49; рекламы — 2-15-84; бухгалтер — 2-14-82.