

ANNA SZCZEPAŃSKA

PORZECZKI, MALINY, AGREST




Watra

WIADOMOŚCI OGÓLNE



GATUNKI I ODMIANY OWOCÓW JAGODOWYCH

PORZECZKA



Porzeczka (*Ribes*) jest krzewem z rodziny skalnicowatych (*Saxifragaceae*), dochodzącym do 2 m wysokości. Rośnie dziko w Europie, Azji i Ameryce, w wilgotnych lasach i zaroślach.

Odmiany uprawne porzeczki czerwonej pochodzą od porzeczki czerwonej (*Ribes rubrum*), skalnej (*Ribes petraeum*) i zwyczajnej (*Ribes vulgare*). Odmiany porzeczki białej pochodzą od porzeczki zwyczajnej i skalnej, a odmiany porzeczki czarnej — od dzikiego gatunku (*Ribes nigrum*). Dzikie gatunki, tzw. porzeczka złota (*Ribes aureum*), używany jest w szkółkarstwie — jako podkładka do otrzymania agrestu piennego.

Krzewów porzeczki uprawia się w Polsce dość dużo (ok. 1980 r. liczba ich dochodziła do 10 milionów), z czego większość stanowi porzeczka czarna. Najlepiej udają się one na glebach dość wilgotnych i niezaperzo-

nych. Plantacja na jednym miejscu może być uprawiana 8—12 lat. Porzeczki rozmnażane są ze zdrewniałych sadzonek. Do uprawy zaleca się następujące odmiany: **czarne** — Boskoop, Goliath, Damels September, Laxtons Raven, Cotswold Cross, Mendip Cross;

czerwone — Holendarska Czerwona, Erstling aus Vierlanden, Erliest of Fourlands, Lakston Nr 1, Houghton Castle;

białe — Wersalska Biała, Długogronkowa Biała i Biała z Juteborga.

W lecznictwie domowym sok ze świeżych owoców czarnej porzeczki oraz napary z suszu używane są jako środki przeciwbiegunkowe, moczopędne, a także napotne.

MALINA



Malina (*Rubus*) jest rośliną wieloletnią, należącą do rodziny różowatych (*Rosaceae*). Jej pędy po wydaniu owoców usychają, a na ich miejscu odrastają nowe. Rozmnaża się przez odrosty korzeniowe. W Polsce uprawia się maliny czerwone, pochodzące od maliny właściwej

(*Rubus idaeus*), a także — chociaż rzadziej — maliny czarne. Do zalecanych odmian maliny czerwonej należą m.in.: Rubin, Stuttgart, Malling Seedling.

Owoce malin zarówno leśnych, jak i ogrodowych, zalecane są od dawna w leczeniu domowym. Szczególnie znane jest terapeutyczne działanie w chorobach przeziębieniowych i grypach soku z tych owoców oraz naparu z suszu. Zawierają one znaczne ilości kwasów, w tym kwasu salicylowego (główny składnik aspiryny), działają więc napotnie. Znajdująca się w owocach malin witamina C wspomaga ich działanie. W leczeniu ludowym maliny zaleca się także w celu poprawienia trawienia, ze względu m.in. na dużą zawartość błonnika oraz naturalnych kwasów. Wspomina się też o ich działaniu przeciwmiażdżycowym.

AGREST



Agrest (*Grossularia*) jest krzewem owocowym z rodziny skalnicowatych (*Saxifragaceae*), dorastającym do 1,5 m wysokości. Większość odmian uprawnych pochodzi od europejskiego, wielkoowocowego agrestu zwyczajne-

go (*Grossularia reclinata*), a niektóre od amerykańskiego gatunku *Grossularia hirtella* — drobnoowocowego, odpornego na choroby.

Agrest rozmnaża się najczęściej przez odkłady i kopczykowanie, rzadziej — przez sadzonkowanie i szczepienie. W celu otrzymania odmiany piennej, używa się — jako podkładu — krzewu tzw. porzeczeki złotej.

Do najcenniejszych odmian, nadających się do uprawy w naszych warunkach, należą: Biały Triumf, Lady Delamere, Najwcześniejszy Heninga, Najwcześniejszy z Neuwied i Zielony Butelkowy.

W lecznictwie ludowym agrest zalecany jest przy schorzeniach przewodu pokarmowego, przy zaparciach, jako środek przeczyszczający, żółciopędny i moczopędny.

WARTOŚCI ODŻYWCZE PORZECZEK, MALIN I AGRESTU ORAZ ICH ZASTOSOWANIE W ŻYWIENIU

Porzeczki, maliny i agrest występują w naszych warunkach klimatycznych przez krótki okres zaledwie kilku tygodni, głównie na przełomie lipca i sierpnia. A trzeba zdawać sobie sprawę, że są one bardzo ważne w naszym pożywieniu, ze względu na cenne substancje odżywcze, przede wszystkim witaminę C. Witamina ta powinna znaleźć się codziennie w naszych jadłospisach, bierze bowiem udział w ciągłych przemianach ustrojowych. Jej brak w organizmie, nazwany awitaminozą C, objawia się różnymi schorzeniami, m. in. przekrwieniem i rozpułchnieniem dziąseł, a w dalszej kolejności — wypadaniem zębów. W naszych warunkach dochodzi jednak tylko do częściowego niedoboru tej witaminy, objawiającego

się szarością cery, obniżeniem odporności na różne infekcje, a także stałym zmęczeniem. Witamina C bierze bowiem udział w przyswajaniu żelaza, które — występując w hemoglobinie krwi — ma wpływ na właściwe rozprowadzanie tlenu po całym ustroju człowieka.

Przypomnieć też trzeba, że witamina C nie może być magazynowana w ustroju. Należy ją więc codziennie dostarczać z pożywieniem, czyli zapewnić stały udział w codziennych jadłospisach bogatych w nią produktów. Porzeczki, maliny i agrest są nie mniej bogate w witaminę C, niż owoce cytrusowe. Agrest i maliny posiadają jej tyle samo co cytryny; porzeczki czerwone i białe — znacznie więcej, a owoce czarnej porzeczki są ok. sześciokrotnie bogatsze w ten składnik, aniżeli cytryny. Także w porównaniu do owoców krajowych, jagodowe są szczególnie obfitym, a przy tym łatwo dostępnym, źródłem witaminy C. Dostarczają też pewnej ilości prowitaminy A oraz witamin grupy B. Szczegółowe dane na temat znajdują się w tabeli.

Wartość energetyczna i odżywcza

Lp.	Nazwa produktu	Kalorie	Białka	Tłuszcze	Węglowodany	Błonnik
		kcal	g	g	g	g
1.	Agrest	60	1,2	0,9	11,7	2,7
2.	Maliny	63	1,2	1,0	12,4	3,8
3.	Porzeczki białe	62	0,4	0,4	14,1	6,1
4.	Porzeczki czarne	82	1,5	0,9	16,9	3,8
5.	Porzeczki czerwone	62	1,5	0,4	13,4	4,2

Porzeczki, maliny i agrest to także bogate źródło błonnika. W świetle ostatnich badań — błonnik jest istotnym składnikiem pożywienia, ze względu na zapobieganie niektórym schorzeniom przewodu pokarmowego. Pobudzając właściwą perystaltykę jelit, przeciwdziała on zaparciom. Poszukuje się więc możliwości włączenia większej ilości tego związku do naszych codziennych posiłków. Z danych zawartych w tabeli widać, że w malinach i porzeczkach występuje pokaźna ilość błonnika. Jest to ważne dla tych osób, które pragną schudnąć lub tylko nie chcą utyć. Owoce te zapobiegają obstrukcji, co przyczynia się do prawidłowego przebiegu trawienia, powodując lepszą przemianę materii. Spożywanie produktów bogatych w błonnik daje uczucie sytości, mimo ich niskiej wartości energetycznej.

Z owoców jagodowych przyrządza się wiele atrakcyjnych i wartościowych dań. Mają one zastosowanie zarówno w codziennych jadłospisach jak i przy bardziej uroczystych okazjach.

100 gramów owoców jadalnych

Składniki mineralne				Witaminy				
Wapń	Fosfor	Żelazo	Magnez	A	B ₁	B ₂	PP	C
mg	mg	mg	mg	j.m.	mg	mg	mg	mg
20	26	0,5	10,0	265	0,04	0,03	0,2	25,7
32	32	0,9	26,2	200	0,04	0,04	0,4	21,0
29	22	0,9	11,6	128	0,08	0,02	0,2	44,7
19	31	1,0	14,9	243	0,06	0,03	0,3	177,1
35	32	0,9	11,7	116	0,04	0,02	0,3	44,4

Zamieszczone w dalszej części książki przepisy (poza recepturami na wypieki i przetwory) uwzględniają ilości produktów na ok. 5 porcji. Ilości te mogą ulegać zmianie, w zależności od potrzeb. Także sposób sporządzania — w zależności od doświadczenia gospodyni oraz jej inwencji — może być modyfikowany.

Z agrestu świeżego przyrządza się: napoje, kompoty, zupy, słodkie nadzienia do pierożków, naleśników oraz wypieków, kisiele, galaretki i musy. **Przetwory z agrestu to:** owoce we własnym soku z cukrem lub bez cukru, galaretki, dżemy, marmolady i mrożonki.

Z malin świeżych przyrządza się: napoje, kompoty, kisiele, musy, galaretki i kremy. **Przetwory z malin to:** soki pitne, owoce we własnym soku, przeciery, dżemy, galaretki gotowane i na surowo, dżemy, marmolady,

Z porzeczek czerwonych, czarnych i białych świeżych przyrządza się: napoje, słodkie sosy, kisiele, musy, galaretki oraz dodaje się je do kompotów. **Przetwory z porzeczek to:** soki pitne, owoce we własnym soku, przeciery, galaretki gotowane i na surowo, dżemy, marmolady mrożonki, wina i susze.

Porzeczkę, maliny i agrest są owocami o wyjątkowo delikatnej strukturze miąższu, szczególnie w okresie całkowitej dojrzałości. Trzeba więc zwrócić uwagę na tę ich właściwość, aby nie dopuścić do strat cennych składników odżywczych podczas sporządzania potraw i przetworów.

Owoce świeże są najcenniejsze, bo najbogatsze w witaminy. Już nieco dłużej przetrzymywane w pomieszczeniu, gdzie jest ciepło, obsychają, a maliny mogą wówczas ulec zepsuciu, pleśnieniu, wyciekaniu soku itp. Wraz z tymi zmianami następuje niszczenie witaminy C i innych składników odżywczych.

Zakupione w sklepie, przyniesione z działki czy ogrodu owoce należy więc jak najszybciej zużyć do potraw i na

przetwory. Jeżeli nie mogą być od razu zagospodarowane, trzeba koniecznie pozostawić je w chłodnym i suchym pomieszczeniu, np. piwnicy albo zimnej spiżarni, a małe ilości — na najniższej półce lodówki. Czas przechowywania powinien być jednak możliwie krótki.

Owoce przeznaczone na zupy, kompoty, przeciery czy sosy mogą być w nieco gorszym gatunku, ale całkowicie zdrowe. Przed użyciem do potraw, a szczególnie przed zjedzeniem na surowo, należy je wypłukać. Jest to ważne i szczególnie istotne wtedy, gdy nie pochodzą bezpośrednio z działki, tylko zostały zakupione w sklepie, gdyż mogą być wówczas zanieczyszczone kurzem, środkami używanymi do ochrony roślin itp.

Porzeczki i agrest płucze się przed usunięciem szypułek, aby uniknąć wyciekania soku z owoców mocno dojrzałych. Robi się to na sicie, pod strumieniem, a najlepiej prysznicem, zimnej wody lub przez kilkakrotne zanurzenie na sicie w dużym naczyniu z wodą, którą należy zmieniać. Można je płukać w misce, szczególnie jeżeli są mniej dojrzałe, zmieniając wodę w miarę potrzeby. Maliny wymagają szczególnej ostrożności przy myciu. Należy używać przy tej czynności sita nylonowego lub włosianego i przelewać owoce ostrożnie prysznicem lub zanurzać je z sitem do wody. Maliny, pochodzące z własnej działki lub ogrodu położonego daleko od ośrodków miejskich i przemysłowych, gdzie nie stosuje się oprysków, można ewentualnie zjeść bez płukania, jeżeli mają bardzo delikatną strukturę. Ostatnio występuje w handlu coraz więcej odmian malin o trwalszej strukturze, które nie są tak wrażliwe i można je dokładnie płukać.

Przy sporządzaniu zup, kompotów i innych potraw gotowanych pamiętać należy o tym, aby owoce wkładać do wrzącej wody lub syropu. Wysoka temperatura bowiem niszczy enzymy, głównie askorbinazę, powodującą rozkład witaminy C. Dlatego wszelkie przeciery lepiej spo-

rzędać z owoców szybko doprowadzonych do zagotowania. Owoce przetarte na surowo i pozostawione dłuży czas bez żadnych dodatków nie tylko tracą smak, ale następuje w nich dość szybki rozkład cennych związków, szczególnie witaminy C, pod wpływem penetracji tlenu w rozartym mięszu. Jeżeli musimy użyć do potraw surowego przecieru, wtedy dodatek śmietanki, mleka czy cukru częściowo chociaż zabezpieczy przed dostępem tlenu.

Czas gotowania zup, kompotów, sosów, przecierów i soków powinien być możliwie jak najkróży. Bardzo również ważne jest, aby ogrzewać je w naczyniach przykrytych, w celu zmniejszenia dostępu tlenu.

Potrawy sporządzone z owoców jagodowych najlepiej podawać bezpośrednio po przygotowaniu, bo wtedy są najbogatsze w witaminę C, która ulega stopniowo rozkładowi, szczególnie w cieple. Jeżeli więc dania te trzeba przez pewien czas przetrzymać, najlepiej postawić je (możliwie na najkróży okres) w zimnym miejscu. Odnosi się to szczególnie do deserów z samych owoców lub owocowo-mlecznych z dodatkiem jajek, jak kremy, musy, mlecza, które również ze względów higienicznych wymagają szczególnej uwagi podczas przechowywania. Stanowią one dobre środowisko do rozwoju różnych drobnoustrojów, łatwo więc stają się przyczyną zatrucia pokarmowego.

Szczególnego podkreślenia wymaga właściwe postępowanie z mrozonkami. Są one bardzo cenne; pod względem odżywczym i smakowym odpowiadają owocom świeżym, jednakże sposób obchodzenia się wpływa na jakość otrzymywanych z nich potraw. Przede wszystkim kupujemy mrożonki, które mają właściwą strukturę, a więc nie są zbrylone, lecz luźno przesypują się w torebce. Najlepiej zużyć je natychmiast. Jeżeli od razu nie są wykorzystane, powinny być przechowywane w zamrażalniku lodówki przez kilka godzin do kilku dni. Raz roz-

mrożone owoce w żadnym wypadku nie powinny być powtórnie zamrażane.

Mrożonki przeznaczone na zupę, kompot czy sos należy wkładać do wrzącej wody lub syropu w stanie zamrożonym. Kupione w woreczkach z folii są czyste i w zasadzie nie wymagają mycia. Można je po włożeniu na sitko szybko opłukać pod prysznicem bieżącej, zimnej wody i zaraz wrzucać do gotowania.

Jeżeli mrożone owoce przeznaczone są na surówkę, sałatkę, do dekoracji czy na surowy przecier, wtedy należy je w torebce lub po przełożeniu do naczynia umieścić na niższej półce lodówki, aby tylko lekko rozmarzły, ale nie przetrzymywać dłużej w stanie rozmrożonym. Dobrze jest posypać je uprzednio cukrem.

Z mrożonych owoców jagodowych można też, choć to kalkuluje się drożej, sporządzić dżem czy marmoladę. Wtedy należy je zamrożone wkładać do gorącego syropu i szybko doprowadzić pod przykryciem do zagotowania, a następnie już powoli zagęszczać. Straty witaminy C są wówczas małe, a przetwór — smaczniejszy.

Zupy można sporządzać z owoców świeżych i te są najsmaczniejsze i najcenniejsze pod względem odżywczym. Można także używać owoców mrożonych i przetworzonych, a więc przecierów, owoców we własnym soku, a także suszonych. Można łączyć owoce świeże z konserwowanymi. Korzystne i wskazane jest przyrządzanie zup z owoców suszonych ze świeżymi lub mrożonymi, gdyż świeże owoce nadają potrawie aromatyczny zapach i smak, a także uzupełniają w cenne witaminy. Na przykład, zimą czy na wiosnę można łączyć w zupie suszone jabłka lub śliwki z aromatycznym przecierem z porzeczek, agrestu czy malin, a jesienią dodawać do zupy z dyni, jabłek lub gruszek — przecieri z zakonserwowanych owoców jagodowych.

Słodkie zupy owocowe zagęszcza się niewielką ilością mąki ziemniaczanej lub ewentualnie pszennej, zwykle

z dodatkiem śmietany. Śmietana niskoprocentowa może zwarzyć się w czasie gotowania, jednakże ze względów zdrowotno-higienicznych należy ją koniecznie zagotować. Wlewa się śmietanę do zupy po uprzednim wymieszaniu z dodatkiem mąki i stopniowym ogrzaniu przez dodanie odrobiny ciepłej zupy.

Zupy owocowe podaje się na gorąco lub ochłodzone z różnymi dodatkami: grzankami, groszkiem ptysiowym, makaronem, ryżem, ziemniakami czy kluseczkami francuskimi.

Zimne napoje owocowe podawane są głównie latem, gdyż dobrze gaszą pragnienie, uzupełniając w organizmie brak wody traconej wraz z potem. Sporządza się je z jednego lub kilku gatunków owoców. Mogą być klarowne i te podaje się mocno oziębione przy bardziej uroczystych okazjach spotkań i przyjęć, lub też nieklarowne, tzw. nektary, częściej stosowane w codziennym, domowym żywieniu.

Napoje zimne przyrządza się też z dodatkiem mleka słodkiego lub kwaśnego. Zimą i na wiosnę robi się je z mrożonych owoców jagodowych. Smakują podobnie jak ze świeżych, mają też podobną wartość odżywczą. Maliny, porzeczki i agrest są szczególnie cenne i przydatne do sporządzania deserów, ze względu na aromatyczno-smakowe właściwości. Są dostępne przez cały rok, latem jako świeże owoce, a zimą i na wiosnę w postaci mrożonek lub przetworów.

Desery owocowe to nie tylko atrakcyjne słodkie dania, podawane zwykle na zakończenie obiadu, ale także cenne uzupełnienie posiłku w takie występujące w nich składniki, jak witaminy (głównie witaminę C) oraz makro- i mikroelementy.

Kompoty przygotowuje się z jednego lub kilku gatunków owoców. Na ogół owoce o mało aromatycznym smaku i mało kwaśne łączy się z gatunkami bardziej kwaśnymi,

np. gruszki z owocami jagodowymi o silniejszym aromacie. Pozwala to na mniejsze zużycie cukru.

Aby uzyskać 1 l smacznego kompotu, należy przygotować ok. 50 dag świeżych owoców, 3—4 szklanki wody oraz 3—5 łyżek cukru. Umyte i obrane owoce najlepiej wkładać do bardzo gorącego syropu. Jeżeli gotuje się większą ilość kompotu, dobrze jest owoce wkładać partiami, aby zapobiec ich rozpadaniu, szczególnie wtedy, gdy używamy kilka gatunków, z których jedne wymagają dłuższego, a inne — bardzo krótkiego gotowania. Maliny, agrest i porzeczki wymagają krótszego czasu; maliny można również wkładać surowe do ugotowanych w syropie gruszek czy renklod.

Kompot podaje się w szklanych salaterkach mocno ochłodzony.

Kompoty z mrożonych owoców jagodowych sporządza się podobnie, jak ze świeżych. Pamiętać zawsze należy o wkładaniu zamrożonych owoców do wrzącego syropu lub wrzącej wody bez uprzedniego ich rozmrażania.

Kremy owocowe należą do wykwintniejszych, a zarazem dość prącochłonnych i droższych, deserów. Sporządza się je z całych jajek lub samych żółtek utartych z cukrem i bitej śmietany, wymieszanych z owocami świeżymi, mrożonymi lub gotowanymi przecierami. Utarte żółtka łączy się z przecierem owocowym, miesza z rozpuszczoną żelatyną i dodaje ubitą śmietanę lub pianę z białek. Składniki te ubija się, aż krem zacznie się lekko zestalać. Kremy podaje się w pucharkach lub w szklanej salaterce, przybrane świeżymi owocami, bezpośrednio po ochłodzeniu. Nie należy ich długo przetrzymywać.

Musy owocowe przygotowuje się z przecierów lub soków owocowych (surowych albo pasteryzowanych) z dodatkiem żelatyny, cukru oraz ubitej z białek piany. Częstym dodatkiem jest bita śmietana. Owoce przeciera się lub miksuje, łączy z rozpuszczoną żelatyną oraz pianą i ubija do chwili, gdy masa zaczyna się zestalać. Gotowy

mus przekłada się do szklanej salaterki lub porcjowych naczyń i zastudza. Jako dodatek podaje się śmietaną, sos waniliowy lub słodzoną śmietankę.

Galaretki i owoce w galaretkce sporządza się z soków surowych lub pasteryzowanych. Poślodzony sok miesza się z rozpuszczoną żelatyną, przelewa do kompotierek lub szklanej salaterki i zastudza. Na 4—5 porcji galaretki owocowej bierze się: 25—50 dag malin, porzeczek lub agrestu, 3—4 szklanki wody, 1—1 1/2 łyżki żelatyny w proszku i 4—6 łyżek cukru. Bardzo kwaśne wywary owocowe wymagają nieco większego dodatku żelatyny. Galaretkca wygląda apetycznie, jeżeli jest klarowna. Podaje się ją samą lub z dodatkiem bitej śmietany, słodkiego sosu, np. waniliowego, a także lodów śmietankowych.

Kisiele owocowe sporządza się z wywarów, przecierów lub soków owocowych gotowanych i zagęszczonych mąką ziemniaczaną z dodatkiem cukru. Można też sporządzać kisiele z surowych przecierów porzeczkowych, malinowych lub agrestowych.

Przeciętnie na 1 l płynu bierze się 2—3 łyżki mąki ziemniaczanej oraz dodaje cukru do smaku. Mąkę ziemniaczaną rozprowadza się małą ilością przegotowanej, zimnej wody, łączy z poślodzonym przecierem lub wywarem z owoców, szybko doprowadza do zagotowania, a następnie przelewa do kompotierek.

Kisiel z surowego przecieru sporządza się nieco inaczej: mąkę ziemniaczaną rozprowadza się małą ilością przegotowanej, zimnej wody, dodaje trochę przecieru surowego, zagotowuje z dodatkiem cukru, a następnie łączy z surowym przecierem i po wymieszaniu oraz ewentualnym dosłodzeniu cukrem rozpuszczonym w małej ilości przegotowanej wody rozlewa do kompotierek.

Kisiele można podawać same lub z poślodzonym śmietanką, bitą śmietaną, słodkim sosem i ewentualnie drobnymi ciasteczkami.

Utrwalanie owoców w domu wymaga zaopatrzenia się w odpowiedni sprzęt, a także bardziej lub mniej zmechanizowane urządzenia. Należą do nich: przecieraczka do miękkich owoców surowych i rozgotowanych, sokownik, sokowyzymałka, kociołek do pasteryzowania, prasa do wyciskania soków, urządzenie do precedzania zmiążdżonych owoców, stojak do osączenia butelek i słoików, wiadra, miski i sitka do mycia i płukania, garnki kamienne, ramy, sita i blachy do suszenia owoców. Potrzebne też są: szczotki do mycia butelek i słoików, termometr do mierzenia temperatury płynów, lejki, słoje (weki i twisty) oraz butelki z kapslami lub z zakrętkami.

Pasteryzacja polega na ogrzewaniu przeznaczonych do zakonserwowania całych owoców lub uzyskanych z nich przecierów, soków czy kompotów w naczyniach hermetycznie zamykanych, w temperaturze 80—100°C przez 20—30 min. W czasie tego procesu wytwarzająca się w słoikach para wodna wypycha z nich powietrze. Wskutek tego ciśnienie w słoiku zmniejsza się i pokrywa hermetycznie zamyka słoik. W słoikach pozbawionych powietrza i zawartego w nim tlenu nie rozwijają się drobnoustroje, dzięki czemu przetwory nie ulegają zepsuciu i wykazują dużą trwałość, a witamina C jest prawie całkowicie zachowana. Zapach, aromat oraz barwa przetworów są również prawie niezmienione.

Najbardziej polecanymi naczyniami do pasteryzowania są: weki, twisty oraz butelki z zakrętkami. Ważne jest dobranie naczyń o odpowiedniej wielkości, gdyż przetwory pasteryzowane, głównie niskostudzone, powinny być jednorazowo wykorzystane. Otwarte ulegają zepsuciu już po kilku dniach, nawet przetrzymywane w lodówce. Najbardziej przydatne dla przeciętnej 4-osobowej rodziny są naczynia o pojemności ok. 0,3 l, 0,5 l lub 0,75 l, w zależności od rodzaju przetworu.

Na przetwory pasteryzowane należy przeznaczyć owoce najwyższej jakości, a więc nie uszkodzone i bardzo

świeże. Owoce nieświeże, z oznakami pleśni, a zwłaszcza sfermentowane, zawierają duże ilości bakterii z wytwarzanymi przez nie przetrwalnikami, które są odporne na ogrzewanie do 100°C. Przetwór z nich jest więc nie-trwały. Warto też nadmienić, że owoce zawierające więcej kwasów naturalnych wykazują większą trwałość, gdyż kwaśne środowisko nie sprzyja rozwojowi drobnoustrojów, głównie pleśni.

Owoce przeznaczone do pasteryzacji należy przebrać, odrzucając nadpsute. Następnie dokładnie optukać, osączyć na sicie i usunąć szypułki.

Pasteryzując przetwory w wekach, czyste naczynie napełnia się przygotowanymi surowymi owocami całymi lub przetartymi i podgrzany (w zależności od potrzeb), pozostawiając 2—3 cm wolnej przestrzeni od brzegów. Nakłada się następnie gumkę i wieczko, dociska sprężynkę, wstawia do naczynia z podwójnym dnem (może do tego służyć kociołek do gotowania bielizny) lub do nieco szerszego garnka, podkładając warstwę siana lub kilkakrotnie złożoną ściereczkę. Zalewa się wodą o temperaturze zawartego w słoiku przetworu, tak by pokrywała słoik, i ogrzewa. Czas pasteryzacji wynosi, w zależności od wielkości słoików, 20 do 30 min, licząc od momentu osiągnięcia w rondlu temperatury wody 90 do 100°C. Po ukończeniu pasteryzacji w oznaczonym czasie wodę w rondlu studzi się. Najlepiej dolewać stopniowo i ostrożnie zimną wodę i odlewać gorącą. Lekko schłodzone weki wyjmuje się na deskę i po całkowitym ostudzeniu sprawdza po zdjęciu sprężynek, czy są szczelnie zamknięte.

Pasteryzację w twistach przeprowadza się podobnie, z tym że lepiej do słoików nalewać mocno podgrzany przecier, owoce czy sok, aby częściowo pozbawić je powietrza. Słoiki napełnia się, pozostawiając 2—3 cm wolnej przestrzeni od brzegów, zamyka zakrętkami i dalej pasteryzuje tak, jak weki. Pasteryzacja w butelkach

zamykanych hermetycznie przebiega w identyczny sposób. W butelkach pasteryzuje się najczęściej przecieri i soki, czasem drobne owoce (porzeczki, maliny). Jeżeli mamy aparat do odpowietrzania słoików, wówczas weki i twisty napełnione spasteryzowanym, prawie wrzącym przetworem można zamknąć bez przeprowadzania powtórnej pasteryzacji. Do napełnionych słoików wsuwa się pod minimalnie uchyloną pokrywkę rurkę gumową z aluminiowym zakończeniem. Drugi koniec rurki nakłada się na dziobek imbryka. Gotująca się w imbryku woda wytwarza parę, która najpierw przechodzi przez rurkę dezynfekując ją, a następnie przez 1/2—1 min doprowadza parę do przetworu. Gdy pokrywka zaczyna drgać, wysuwa się rurkę i naciska pokrywkę, która szczelnie przywiera.

Owoce we własnym soku sporządza się bez cukru i bez dodatku wody, najczęściej w wekach lub twistach, a porzeczki lub drobne owoce malin — w hermetycznie zamykanych butelkach. Zakonserwowane w ten sposób maliny, porzeczki i agrest stanowią bardzo przydatny, a przy tym niedrogi, półprodukt do sporządzania zup, nadzienia do pierogów, przecierów, kompotów oraz różnego rodzaju deserów. Owoce zachowują swój naturalny smak, zapach oraz prawie wszystkie wartości odżywcze.

Porzeczki, maliny i agrest umyte i osączone na sicie po usunięciu szypułek ogrzewa się w rondlu pod przykryciem do temperatury 70°—80°C, nie doprowadzając do wrzenia. Gdy puszczą sok, nakłada się je do umytych, gorących weków, twistów lub butelek, lekko uciskając i pozostawiając 2—3 cm wolnej przestrzeni od brzegu; w butelkach należy pozostawić nieco więcej wolnej przestrzeni. Napełnione naczynia zamyka się wieczkiem lub zakrętkami i pasteryzuje jak podano wyżej.

Na przecieri i owoce w przecierach można przeznaczyć surowiec nieco gorszej jakości, byleby nie był nadpsuty.

Zagotowane i przetarte owoce pasteryzuje się bez cukru lub z cukrem. Ich wartość odżywcza jest zbliżona do wartości świeżych owoców, a smak i zapach — intensywne. Utrwalone przez pasteryzację przeciery z malin, porzeczek i agrestu są szczególnie przydatne w kuchni. Sporządza się z nich napoje, zupy, słodkie sosy i kisiele. Można je też zagęścić i stosować jako dodatek do pieczywa, do kremów i ciast oraz łączyć z przecierami z owoców mniej aromatycznych, np. gruszek, jabłek czy dyni.

W celu otrzymania przecieru, należy owoce umyć, osączyć na sicie, usunąć pozostałe szypułki, rozgotować z dodatkiem bardzo małej ilości gorącej wody, przetrzeć przez sitko nylonowe lub przecieraczkę. Przecier bez cukru lub osłodzony włożyć do umytych, wyparzonych i gorących weków lub twistów. Weki zamknąć nakrywkami i docisnąć sprężynkami, twisty zamknąć zakrętkami i pasteryzować jak podano wyżej.

Soki pitne z porzeczek, malin i agrestu (klarowne i nieklarowne) są nie tylko bogate w witaminy (szczególnie w witaminę C) oraz składniki mineralne, ale również orzeźwiające, ze względu na zawarte w nich naturalne kwasy organiczne, związki aromatyczne i garbniki.

Owoce przeznaczone na soki powinny być świeże, zdrowe oraz dojrzałe, bez jakichkolwiek oznak zepsucia. Nie ma natomiast znaczenia nieco gorszy wybór owoców pod względem ich wielkości i kształtu. Soki otrzymuje się kilkoma metodami:

- odwirowanie owoców przy użyciu sokowirówki;
- parowanie owoców przy użyciu sokownika lub innego urządzenia;
- wyciskanie zmiażdżonych owoców;
- wyciskanie zmiażdżonych i zalanych wrzącą wodą owoców.

Bardzo dobrym i praktycznym sposobem jest parowanie w sokowniku. Do dolnego pojemnika tego urządzenia

nalewa się wody, a następnie ustawia na nim pojemnik, przeznaczony do zbierania ściekającego soku, zaopatrzony w kranik. Nad nim znajduje się dziurkowana wkładka, w której umieszcza się owoce. Naczynie nakrywa się pokrywką, na kranik nakłada gumowy wąż. Wodę w dolnym pojemniku sokownika doprowadza się do wrzenia. Pod wpływem pary owoce mięknią, wydzielając sok. Parowanie trwa ok. 45 min, licząc od chwili zagotowania wody. Gorący spasteryzowany sok spływa przez otwórki w dziurkowanej wkładce do dolnego naczynia, a stąd przez kranik z rurką gumową — do podstawionych umytych i wyparzonych twistów lub butelek.

Napełnione po same brzegi naczynia zamyka się natychmiast wyparzonymi zakrętkami i odwraca do góry dnem; butelki można owinąć ścierką i umieścić do wystygnięcia w sianie lub innej warstwie izolacyjnej. Po wystudzeniu należy sprawdzić szczelność zamknięcia.

Jeżeli nie ma sokownika, parowane soki można sporządzić w dużym, wysokim garnku, umieszczając owoce na wygotowanym płacie płótna lub flaneli, zawiązanym na górnym brzegu garnka. Do garnka nalewa się wody i na wkładce ustawia miskę, do której w czasie podgrzewania ścieka z parowanych owoców sok.

Łatwym sposobem otrzymywania soku z owoców jagodowych jest zalanie ich wrzącą wodą w takiej ilości, aby były pokryte. Następnie przez ok. 30 min podgrzewa się je lekko, od czasu do czasu wstrząsając garnkiem. Po wypuszczeniu soku wylewa się wszystko na nylonowe sitko. Uzyskany sok postudzony lub niestudzony należy zlać do przygotowanych słoików i butelek, zamknąć zakrętkami i pasteryzować podobnie jak przeciery.

Sok z malin, porzeczek lub agrestu otrzymany w sokowirówce zlewa się do emaliowanego rondla, dodaje cukru i szybko doprowadza do temperatury ok. 90°C. Następnie napełnia się nim twisty lub butelki, zamyka i pasteryzuje przez 25 min w temperaturze ok. 90°C.

Kompoty na zimę można sporządzać, zalewając gorącym syropem surowe owoce, ułożone w wekach lub twistach, i po zamknięciu pasteryzując je. Można też ugotować owoce w syropie i przelać wrzący kompot do wyparzonych, gorących twistów bez pasteryzowania. Następnie należy słoiki koniecznie odwrócić do góry dnem. **Galaretki** otrzymuje się przez gotowanie soku, zawierającego znaczną ilość pektyny, z dodatkiem cukru. Nadają się do ich sporządzania porzeczek, szczególnie czarne, wyróżniające się dużą zawartością substancji galaretujących, oraz czerwone i białe, także agrest nie całkiem dojrzały i maliny.

Sok na galaretkę otrzymuje się, odciskając zmiążdżone owoce przez niezbyt gęstą, czystą lnianą tkaninę. Można też zagotować zmiążdżone owoce z małą ilością wody i odcisnąć je lub posłużyć się sokowirówką. Uzyskany sok należy zmierzyć przed dodaniem odpowiedniej ilości cukru. Przeciętnie na 1 część cukru bierze się 1—2 części soku. Im większa zdolność galaretowania, tym więcej należy wziąć soku w stosunku do cukru i krócej gotować. Na 1 kg gotowanej galaretki przeznaczają się 1/2 l soku i 50 dag cukru. Sok gotuje się w niezbyt dużych porcjach w niskim, szerokim rondlu, po lekkim zagęszczeniu dodaje cukier i gotuje na słabym ogniu. Gdy kropla spuszczone na zimny spodek krzepnie, galaretka jest gotowa. Należy ją rozlać do małych, wymytych i wyparzonych twistów i zamknąć wyparzonymi zakrętkami. Galaretki z porzeczek i malin — dzięki dużej zawartości substancji galaretujących — można także utrzymywać bez gotowania, dodając odpowiednią ilość cukru. Przeciętnie na 1 kg przecieru lub gęstego soku z tych owoców daje się ok. 1 kg cukru. Przetwory takie zachowują zapach i smak świeżych owoców.

Aby przetwór był trwały, trzeba jednak zwrócić uwagę na świeżość i czystość owoców oraz zachować szczególną higienę. Dokładnie wymyć oraz wyparzyć naczynia,

w których miesza się sok z cukrem, a także słoiki do przetrzymywania galaretki. Tego typu galaretki przygotowuje się głównie z porzeczek czarnych (bogatych w pektyny) i czerwonych oraz z przecieru z malin.

Na dżemy przeznaczają się owoce zdrowe i nieprzejrzałe. Agrest może być niedojrzały, wówczas ma więcej substancji galaretujących i daje przetwórcę mocniej zestalony. Dżem z agrestu dojrzałego ma nieco luźniejszą konsystencję. Dobre dżemy otrzymuje się z owoców zawierających znaczną ilość pektyn lub też łączy się owoce z niską zawartością pektyn z owocami o wysokiej ich zawartości. Przykładem tego jest dżem truskawkowo-agrestowy, malinowo-porzeczkowy czy malinowo-agrestowy.

Do dżemów wysokosłodzonych bierze się na 1 kg oczyszczonych owoców — 50 dag cukru. Można też przyrządzać dżemy niskosłodzone, ale dla uzyskania trwałości trzeba je pasteryzować.

Przebrane, umyte i osączone owoce przesypuje się cukrem, podgrzewa i gdy wypuszczą sok, poddaje silniejszemu ogrzewaniu na niezbyt dużym płomieniu, mieszając, aby nie przywierały do dna. Można też owoce gotować w syropie, podobnie jak konfitury, następnie dodać przecier z tych samych lub innych gatunków owoców i zagęszczać do uzyskania odpowiedniej krzepkości. Gdy kropla spuszczone na zimny talerzyk krzepnie, a owoce są szkliste — dżem jest gotowy. Należy nakładać go do gorących słoików (małych lub średniej wielkości twistów) po same brzegi i zamykać. Słoiki z dżemem przechowywać w ciemnym i chłodnym pomieszczeniu.

Marmolady otrzymuje się z owoców nieco gorszej jakości, jednakże zdrowych i nieprzejrzałych. Najlepsze są gatunki zawierające znaczną ilość pektyn, a więc: nieprzejrzały agrest, porzeczki lub maliny. Jeżeli stosuje się owoce różne, wtedy najlepiej łączyć gatunki o łagodnym smaku z gatunkami bardziej aromatycznymi. Na przykład,

marmolady z zielonego (niedojrzałego) agrestu, porzeczek i malin, można sporządzać z dodatkiem przecieru z jabłek czy gruszek. Ponieważ jabłka i gruszki występują w nieco późniejszym okresie niż jagodowe, mieszane marmolady można sporządzać z zakonserwowanych przecierów agrestowych, porzeczkowych lub malinowych i zagęszczać je z przecierem ze świeżych jabłek lub gruszek. Dodatek cukru do marmolad wynosi przeciętnie 50% w stosunku do ciężaru owoców. Marmoladę sładzi się po częściowym zagęszczeniu, a więc po odparowaniu do uzyskania ok. 1/2 początkowej objętości. Marmolady smaży się do uzyskania szklistej masy, dość szybko krzepnącej. Próbę krzepnięcia przeprowadza się, spuszczać małą porcję na zimny talerzyk. Jeżeli krzepnie, nie rozlewa się — przetwór jest gotowy.

Konfitury jako przetwór wysokosłodzony sporządza się w niewielkich ilościach. Używane są one głównie do przekładania i dekoracji ciast, np. mazurków i tortów, oraz do nadziewania pączków. Podaje się je do piczywa, a czasem same — do herbaty.

Na konfitury najlepiej nadaje się agrest, mniej natomiast odpowiednie są maliny i porzeczki. Owoce nieprzejrzałe, zdrowe i dorodne gotuje się powoli w syropie do chwili, aż uzyskają odpowiednie nasycenie cukrem, przez co stają się szkliste.

Powidła z owoców jagodowych sporządza się po przetarciu rozgotowanych owoców. Uzyskany przecier początkowo zagęszcza się bez cukru mieszając. Pod koniec dodaje się cukier, w ilości: ok. 10 dag na 1 kg powideł, i gotuje przez kilkanaście minut mieszając stale, aby uniknąć przypalenia. Powidła można zagęszczać, wstawiając je w szerokim naczyniu do średnio nagrzanego piekarnika. Gorące powidła nakłada się do umytych, wyparzonych słoików lub garnków kamiennych. Słoiki zamyka się zakrętkami, a powidła w garnkach można po

wyrównaniu powierzchni wstawić do piekarnika i lekko zapiec, a następnie owiazać czystym pergaminem.

Można sporządzać powidła jedno-, dwu- lub wieloowocowe. Stosuje się je jako dodatek do pieczywa, do nadziewania ciast, do zup, sosów i deserów.

Do suszenia przeznacza się owoce jagodowe wtedy, gdy jest ich znaczna ilość i sporządzono już wystarczająco dużo przetworów pasteryzowanych. Suszy się najczęściej leśne lub ogrodowe maliny, których napar stosowany jest w domowym leczeniu przeziębień, gryp, a także jako napój. Również napary i wywary z suszu czarnych porzeczek mogą być wykorzystane w podobny sposób. Wywary lub całe namoczone i przetarte owoce agrestu porzeczek i malin można wykorzystać także do sporządzania zup, sosów itp.

Zamrożenie jagodowych jest jedną z najlepszych metod konserwowania, gdyż prawie zupełnie nie ulegają wówczas zmianie wartości odżywcze i smakowo-zapachowe owoców. Jednakże tylko w niewielu gospodarstwach domowych można tę metodę stosować. Brak bowiem zamrażarek o określonym zasięgu niskich temperatur oraz dużej pojemności.

Do zamrażania owoców stosuje się temperaturę możliwie najniższą, a więc poniżej -20°C , gdyż pozwala ona na właściwe, tzn. szybkie, zamrożenie. Zapobiega również tworzeniu w miąższu owoców większych kryształków lodu, które niszczą strukturę komórek. Złe zamrożone owoce są gorszej jakości.

Świeże porzeczki i agrest po przebraniu płucze się, dokładnie osącza, usuwa pozostałe szypułki, rozkłada cienką warstwą na sitach, w celu szybkiego osuszenia, a następnie wstawia, ułożone w cienkiej warstwie na tackach, do zamrażarki. Po możliwie szybkim zamrożeniu od razu wkłada się owoce w małych porcjach (25—50 dag) do torebek polietylenowych, zawiązuje gumką lub sznurkiem i umieszcza w komorze zamrażarki,

gdzie będą przechowywane przez kilka do kilkudziesięciu tygodni.

Maliny bardzo świeże i zdrowe, najlepiej z własnego ogródka, dokładnie przebrane zamraża się bez płukania, gdyż trudno je osączyć z wody.

W celu zachowania wartości odżywczych i smakowych mrożonych owoców, przy sporządzaniu potraw gotowanych — a więc kompotów, zup, sosów i galaretek — wkłada się je do wrzącej wody lub wrzącego syropu bez uprzedniego rozmrażania. Jeżeli sporządza się sałatkę albo podaje całe owoce z cukrem lub śmietanką, wtedy po wyporcjowaniu należy je wstawić na niższą półkę lodówki, w celu rozmrożenia.

Sporządzanie wina obejmuje następujące czynności:

- przygotowanie naczyń i sprzętu;
- przygotowanie kultury drożdży winiarskich do szczepienia moszczu lub miazgi;
- sporządzanie moszczu owocowego i dodawanie wody, w celu otrzymania odpowiedniej kwasowości, oraz dosładzanie moszczu;
- szczepienie moszczu kulturą drożdży i jego fermentacja;
- ściąganie i klarowanie wina;
- przechowywanie wina.

Do wyrobu wina potrzebne są: balony szklane o pojemności od kilku do kilkudziesięciu litrów (najpraktyczniejsze — o pojemności 10—20 l), umieszczone w wiklinowych koszach z uszami, szklane rurki fermentacyjne, korki gumowe oraz wąż gumowy długości ok. 2 m o przekroju 1 cm, przeznaczony do ściągania wina. Końcówkę węża gumowego dobrze jest naciągnąć na kilkunastocentymetrową rurkę szklaną, o takim samym przekroju, uzyskując tzw. lewar. Właściwy przebieg fermentacji moszczu zapewnia dodatek specjalnej kultury drożdży winiarskich. Gwarantują one odpowiednie właściwości smakowe i aromatyczne napoju, jak

również wyższą zawartość alkoholu. Drożdże winiarskie kupuje się w sklepach. Ponieważ występują one w postaci suszonej, należy je przygotować, rozmnażając na odpowiedniej pożywce. W tym celu do butelki o pojemności 1/2 l należy nalać moszczu owocowego, napełniając ją do 3/4 objętości, dodać ok. 3 łyżeczek cukru, zamknąć tamponem z waty i pasteryzować przez ok. 20 min w temperaturze ok. 80°C, w celu usunięcia drobnoustrojów.

Drożdże winiarskie dokładnie zmiażdżone wsypać do spasteryzowanego i ostudzonego w butelce moszczu, zaraz zamknąć tamponikiem z waty i przetrzymać w ciepłym miejscu, w temperaturze ok. 25°C przez 2—4 dni. W tym czasie drożdże rozwijają się i rozmnażają, co objawia się powstawaniem piany i „burzeniem”. Porcja ta wystarcza do zaszczepienia 10—20 l moszczu. Moszcz otrzymuje się przez zmiażdżenie owoców i odcisnięcie soku lub odcisnięcie soku z już zafermentowanej miazgi. Pozostałą po odcisnięciu miazgę można przelać gorącą wodą, w celu lepszego wyługowania, jeszcze raz odcisnąć i połączyć z uzyskanym moszczem. Jedną z ważnych cech wina jest jego kwasowość, którą uzyskuje się przez dodanie do moszczu soków innych owoców. Do bardzo kwaśnych moszczów, np. porzeczkowego, dodaje się w tym celu odpowiednią ilość wody (zob. dane z tabeli — str. 30).

Ważna jest również zawartość w moszczu cukru, niezbędnego do wytworzenia alkoholu w winie oraz nadania mu odpowiednio słodkiego smaku. Moszcz dostadza się cukrem w ilości 15—20 dag cukru na 1 l (zob. tabela). Doprawiony moszcz zlany do balonu (do 3/4 wysokości) szczepi się kulturą odpowiednio dobranych drożdży, a następnie zamyka korkiem, najlepiej gumowym, i osadza w nim rurkę fermentacyjną. Do rurki nalewa się czystej wody, która chroni moszcz przed zanieczyszczeniami. Rurka fermentacyjna służy do odprowadzania dwu-

Dodatek wody i cukru do moszczów z agrestu, malin i porzeczek dla uzyskania win mających ponad 10% alkoholu (wg Meringa)

Owoce	Dodatek wody w litrach na 1 l moszczu		Dodatek cukru w g na 1 l moszczu rozcieńczonego	
	wino średnio mocne	wino deserowe	wino średnio mocne	wino deserowe
Agrest	1,3	1,1	230	310
Maliny	2,0	1,2	230	300
Porzeczki białe i czerwone	1,0	0,5	215	300

tlenku węgla, wytwarzającego się podczas fermentacji, kiedy drożdże zamieniają zawarty w moszczu cukier na alkohol i dwutlenek węgla.

Balon z nastawionym winem trzyma się w miejscu dość ciepłym (ponad 20°C). W tych warunkach drożdże szybko się rozmnażają, tworzy się piana, a pęcherzyki gazu uchodzą przez rurkę. Okres fermentacji trwa ponad 2 tygodnie. Pod koniec piana zanika, płyn klaruje się, na dnie zbiera się warstwa osadu.

Aby uzyskać właściwy rozwój drożdży, dodaje się odpowiednią ilość związków azotowych, najczęściej w postaci dwuzasadowego fosforanu amonowego, w ilości 1—2 g na 10 l moszczu.

Ściąganie i klarowanie wina przeprowadza się zaraz po zakończeniu fermentacji, kiedy zanika piana i tworzy się osad. Wino ściąga się za pomocą tzw. lewaru.

Wino po ściągnięciu z nad osadu zamyka się korkiem z rurką fermentacyjną i ustawia w pomieszczeniu o znacznie niższej temperaturze (12°C), najlepiej w piwnicy lub chłodnej spizarni, gdzie dalej klaruje się ono i dojrzewa od kilku miesięcy do kilku lat.

Wino słabsze można po wcześniejszym zakończeniu dojrzewania zlać do butelek i utrwalić przez pasteryzację. Dojrzałe, mocne wino zlewa się do bardzo dokładnie wymytych i wyparzonych butelek i zamyka wyparzonym korkiem. Po zamknięciu, ewentualnym zalakowaniu i podpisaniu na etykiecie przetrzymuje się je w ciemnym i chłodnym pomieszczeniu w pozycji półleżącej, najlepiej w piwnicy, gdzie dalej dojrzewa.

PRZEPISY





ZUPY

ZUPA Z MROŻONYCH PORZECZEK, MALIN LUB AGRESTU I SUSZONYCH OWOCÓW

30 dag mrożonych porzeczek, agrestu lub malin, 15—20 dag suszonych jabłek lub gruszek, 1 łyżka mąki, 1/2 szklanki gęstej śmietany, cukier, kilka goździków

Zagotować ok. 1 1/2 l wody z goździkami. Suszone owoce dokładnie wymyć w zimnej wodzie, namoczyć w ok. 2 szklankach przegotowanej wody na 1—2 godz., ugotować w tej samej wodzie i przetrzeć. Mąkę rozprowadzić małą ilością śmietany, dodać pozostałą śmietanę i trochę gorącego przecieru z suszonych owoców, połączyć z całą ilością przecieru mieszając i zagotować. Owoce wrzucić w stanie zamrożonym do części wrzącej wody, zagotować, przetrzeć przez sitko, przelewając przegotowaną wodą. Połączyć z przecierem z suszonych owoców, posłodzić do smaku, wymieszać i przelać do wazy. Zupę podawać gorącą lub ochłodzoną z dodatkiem

grzanek z bułki, groszku ptysiowego, makaronu, ryżu na sytko lub ciasta biszkoptowego.

ZUPA Z DYNI Z PRZECIEREM Z CZERWONYCH LUB BIAŁYCH PORZECZEK ALBO AGRESTU

75 dag dyni, 1 szklanka konserwowanego przecieru z czerwonych lub białych porzeczek albo agrestu, 1 łyżka mąki pszennej lub ziemniaczanej, 1/2 szklanki śmietany, cukier, 2—3 goździki

Wodę zagotować z goździkami. Dynię umyć, obrać i usunąć części niejadalne. Mięksiz pokrajać na kawałki, zalać niewielką ilością wrzątku, rozgotować, przetrzeć, uzupełnić przegotowaną wodą. Mąkę rozmieszać z niewielką ilością śmietany, dodać pozostałą śmietanę, dokładnie roztrzepać, aby nie było grudek. Zawiesinę rozprządzić kilkoma łyżkami gorącej zupy i wlać do garnka z zupą mieszając. Zagotować, dodać przecier porzeczkowy, wymieszać, posłodzić do smaku. Zupę podawać z makaronem krajanką, lanym ciastem lub grzankami z bułki na gorąco albo lekko ochłodzoną.

ZUPA Z JABŁEK I CZARNYCH PORZECZEK

50 dag wczesnych jabłek, 20 dag czarnych porzeczek, 1 łyżka mąki pszennej lub ziemniaczanej, 1/2 szklanki śmietany, 1—2 goździki, cukier

Zagotować wodę z goździkami. Jabłka umyć, obrać, wykrajać gniazdka nasienne, zalać wrzącą wodą, zagotować, przetrzeć lub dokładnie rozetrzeć. Porzeczek umyć, osączyć, usunąć szypułki, przetrzeć na surowo przez sito, dodać do przecieru z jabłek, osłodzić. Pozostałą miazgę

zalać niewielką ilością wody, zagotować, precedzić i dodać do zupy. Mąkę rozmieszać z małą ilością zimnej wody lub śmietany, dodać pozostałą śmietanę, wymieszać dokładnie i podprawić zupę. Doprowadzić do lekkiego zawrzenia, posłodzić do smaku. Podawać zupę na gorąco lub oziębioną z dodatkiem grzanek, klusek, ryżu czy ziemniaków.

Uwaga!

Zupę można też podać bez dodatku śmietany.

ZUPA Z JABŁEK Z PRZECIEREM PORZECZKOWYM LUB AGRESTOWYM KONSERWOWANYM

50 dag jabłek, 1/2 szklanki konserwowanego przecieru z porzeczek lub agrestu, 1 łyżka mąki, 1/2 szklanki śmietany, cukier do smaku, 1—3 goździki

Wodę zagotować z goździkami. Jabłka umyć, obrać, wykrajać gniazdka nasienne, wrzucić do wrzącej wody (6—8 szklanek), rozgotować, przetrzeć przez sito. Do przetartych jabłek dodać przecier porzeczkowy. Mąkę rozmieszać z małą ilością śmietany, a następnie z pozostałą śmietaną, uważając aby nie było grudek. Zawiesinę podprawić zupę, dokładnie mieszając. Zagotować, doprawić cukrem do smaku. Zupę podawać na gorąco lub na zimno z grzankami z bułki lub makaronem-krajaną albo ryżem na sypko.

CHŁODNIK Z MLEKA ZSIADŁEGO I PRZECIERU LUB DŻEMU Z CZARNYCH PORZECZEK

2—3 szklanki zsiadłego mleka, 1/2—1 szklanka przecieru lub kilka łyżek dżemu z czarnej porzeczki, cukier

Mleko kwaśne połączyć z przecierem lub, dżemem, roztrzepując dokładnie trzepaczką lub w mikserze. Dostożdzić do smaku. Oziębioną zupę podawać zaraz po spożyczeniu z groszkiem ptysiowym lub biszkoptami.

CHŁODNIK Z JOGURTU I CZARNYCH PORZECZEK LUB MALIN

2—3 szklanki jogurtu, 40 dag czarnych porzeczek lub malin lub 1/2—1 szklanka przecieru z tych owoców, cukier do smaku

Owoce przebrać, opłukać na sicie, usunąć szypułki, przetrzeć przez sito i połączyć z roztrzepanym jogurtem lub wymieszać przy pomocy miksera z jogurtem, postodożdzić do smaku. Oziębiony chłodnik podawać z grzankami lub groszkiem ptysiowym.

ZUPA Z MALIN

50 dag malin, 1 łyżka mąki, 1/2 szklanki śmietany, cukier

Zagotować 6—8 szklanek wody, maliny przebrać, oczyścić, opłukać ostrożnie na sicie, osączyć, przetrzeć przez sito lub przecieraczkę. Pozostałą miążgę zalać wrzątkiem, zagotować, przetrzeć, odcisnąć. Mąkę rozmieszać starannie ze śmietaną, aby nie było grudek, i podprawić zupę. Zagotować, a następnie dodać surowy przecier malinowy i osłodzić do smaku. Podawać zupę na gorąco lub na zimno z grzankami, makaronem, ryżem ugotowanym na sypko lub pokrajanymi w łazanki naleśnikami.

Uwaga!

Zupę tę można przygotować z mrożonych malin lub zakonserwowanego przecieru malinowego.

ZUPA WIELOOWOCOWA

30 dag wczesnych śliwek lub renklod, 15 dag porzeczek, 10 dag malin, 15 dag truskawek, 10 dag agrestu, 1 łyżka mąki pszennej lub ziemniaczanej, 1/2 szklanki śmietany, cukier, goździki, ok. 6—7 szklanek wody

Owoce przebrać, opłukać, osączyć, usunąć szypułki i inne części niejadalne. Śliwki, agrest i porzeczki zalać wrzącą wodą, zagotować, przetrzeć przez sito. Mąkę rozprowadzić dokładnie małą ilością śmietany lub wody, dodać pozostałą śmietanę, wymieszać, dodać trochę ciepłego przecieru, mieszając wlać do garnka z gorącym przecierem i zagotować. Maliny i truskawki przetrzeć na surowo i połączyć z gorącą zupą. Pozostałą na sicie miazgę zalać małą ilością wody, zagotować i wlać do zupy. Śmietanę można też dodawać do zupy po jej ostudzeniu, jednakże lepiej jest zagotować ją. Zupę podawać ciepłą lub ostudzoną z grzankami, z makaronem-krajanką lub ryżem.

ZUPA Z PRZECIERU Z MALIN LUB PORZECZEK Z ŻÓŁTKAMI

2 szklanki przecieru z malin lub czarnych porzeczek, 3 szklanki mleka, 2 żółtka, 1 łyżka mąki ziemniaczanej lub pszennej, 8—10 dag cukru

Mąkę wymieszać z 1/4 szklanki zimnego mleka. Wlać do pozostałego wrzącego mleka, zagotować i odstawić z ognia. Żółtka utrzeć z cukrem na puszystą, gładką masę, rozprowadzić małą ilością zagęszczonego mąką mleka, połączyć z pozostałym mlekiem, pozostawić do ostygnięcia. Przecier owocowy połączyć z mlekiem

z żółtkami, dokładnie roztrzepać, przelać do wazy lub szklanego naczynia. Zupę podawać dobrze ochłodzoną lub też lekko ciepłą z biszkoptami, kruchymi paluszkami albo ciastem biszkoptowym.

CHŁODNIK Z KWAŚNEGO MLEKA LUB KEFIRU Z MALINAMI ALBO AGRESTEM

30—40 dag dojrzałych malin świeżych lub mrożonych albo 1 1/2 szklanki pasteryzowanego przecieru, 3—4 szklanki kwaśnego mleka lub świeżego kefiru, 1/2 szklanki gęstej śmietany, cukier

Owoce przebrać, opłukać na sicie, dokładnie osączyć (zamrożone częściowo rozmrozić), rozgnieść lub przetrzeć przez sito. Mleko roztrzepać, dodać przecier malinowy i śmietanę, posłodzić do smaku, dokładnie wymieszać, przelać do wazy lub szklanego naczynia. Chłodnik podawać dobrze ochłodzony z biszkoptami, grzankami z bułki lub słodkimi kruchymi paluszkami.

Uwaga!

Chłodnik można także sporządzić mikserem: mleko zmiksować razem z całymi owocami i innymi dodatkami.

ZUPA AGRESTOWA

50—60 dag agrestu świeżego lub mrożonego albo 1 1/2 szklanki przecieru pasteryzowanego, 1 łyżka mąki pszennej lub ziemniaczanej, 1 szklanka śmietany, cukier

Zagotować ok. 1 1/2 l wody. Agrest przebrać, usunąć szypułki, wypłukać, wrzucić do wrzącej wody (agrestu mrożonego nie rozmrażać), rozgotować pod przykryciem, przetrzeć przez sitko. Mąkę rozmieszać z małą ilością

śmietany, a następnie z pozostałą śmietaną, i dokładnie zamieszać, aby nie było grudek. Zawiesinę mąki i śmietany rozprowadzić niewielką ilością gorącej zupy, wlać do garnka z zupą dokładnie mieszając. Doprawić cukrem do smaku, zagotować, przelać do wazy. Zupę podawać gorącą lub ochłodzoną z dodatkiem ryżu na sypko, groszku ptysiowego lub biszkoptów.





DRUGIE DANIA I DANIA KOLACYJNE

KLUSKI KŁADZIONE Z PORZECZKAMI

2 szklanki mąki, 2 jajka, kilka łyżek mleka, sól, 20 dag białych lub czerwonych porzeczek, 2 łyżki masła, 1/2 szklanki śmietany, cukier puder

Nastawić wodę w rondlu na ugotowanie klusek, osolić. Jajka wybić, dodać mleko i mąkę, lekko posolić, rozmieszać na gładkie, niezbyt gęste ciasto. Gdy jest dokładnie wyrobione, dodać umyte, osączone i obrane z szypułek porzeczki. Ciasto delikatnie wymieszać i kłaść łyżką na lekko wrzącą wodę niezbyt duże kluski, zamieszać ostrożnie i przykryć rondel. Po kilkakrotnym zagotowaniu wyjąć kluski łyżką cedzakową na durszlak, osączyć, wyłożyć na ogrzany półmisek, polać stopionym masłem. Śmietanę wymieszać z cukrem pudrem, przelać do dzbanuszka i podać do polania klusek.

KLUSECZKI Z KASZY MANNY Z PRZECIEREM PORZECZKOWYM LUB MALINOWYM

1 szklanka kaszy manny, 2—3 jajka, 2 łyżki margaryny lub oleju sojowego, sól, 1/2 szklanki przecieru z porzeczek lub agrestu, 1/2 szklanki śmietany, cukier puder

Nastawić wodę w rondlu na ugotowanie klusek, posolić. Jajka wybić, oddzielając żółtka od białek. Olej lub margarynę utrzeć z żółtkami. Białka ubić na sztywną pianę i dodawać porcjami na przemian z kaszą manną, lekko posolić i wymieszać ostrożnie. Jeżeli ciasto jest za rzadkie, dosypać nieco kaszy. Nabierać ciasto umoczoną we wrzątku łyżką i kłaść małe kluseczki na lekko wrzącą wodę, przykryć i po wypłynięciu zagotować. Ostrożnie wyjmować łyżką cedzakową na durszlak, osączyć i wyłożyć na ciepły półmisek. Polać małą ilością stopionego tłuszczu. Śmietaną roztrzepać, połączyć z przecierem owocowym, posłodzić do smaku cukrem pudrem, przelać do dzbanuszka i podać do polania klusek.

ŁAZANKI Z SEREM, PORZECZKAMI I ŚMIETANĄ

2 szklanki mąki, 2 jajka, sól, 2 łyżki masła lub margaryny, 25 dag sera twarogowego, 30 dag porzeczek lub malin, 3/4 szklanki śmietany, cukier puder

Nastawić wodę w rondlu na ugotowanie klusek, posolić. Z mąki i jajek z dodatkiem wody zagnieść dość twarde ciasto. Wyrobić je, podzielić na części, wałkować. Rozwałkowane ciasto pozostawić na kilkanaście minut do lekkiego przesuszenia. Owoce opłukać, osączyć na sicie,

oczyścić z szypułek. Ser zetrzeć na tarce o dużych otworach (jeżeli jest twardy) lub pokruszyć. Smiefanę wymieszać z cukrem pudrem, masło stopić. Podsuszony płatki ciasta posypać mąką, zwinąć w luźny rulon i pokrajając w paski o szerokości 1—1 1/2 cm, a następnie po 4—5 złożonych pasków krajać w poprzek na kwadraciki. Łazanki przesypywać lekko mąką, aby się nie posklejały. Włożyć do wrzącej, osolonej wody, zamieszać, przykryć, ugotować. Odcedzić na durszlaku, przelać wrzątkiem, osączyć, wyłożyć na ogrzany półmisek, polewając stopionym masłem. Posypać suto startym serem lub pokruszonym twarożkiem, ułożyć maliny lub inne owoce i poleać osłodzoną śmietaną.

Uwaga!

Śmiefanę można też podać w osobnym naczyniu do polania.

MAKARON Z SEREM I PRZECIEREM Z PORZECZEK

30 dag makaronu krajanki, 2 łyżki masła lub margaryny, 15 dag sera żółtego łagodnego, 30 dag czerwonych porzeczek, cukier, sól

Nastawić wodę w rondlu na ugotowanie makaronu, posolić. Porzeczki umyć, osączyć, usunąć szypułki, przetrzeć. Pozostałą miążgę zagotować z bardzo małą ilością wody, odcedzić, połączyć z przecierem, postłodzić do smaku. Makaron ugotować, odcedzić, przelać gorącą, przegotowaną wodą, osączyć, wyłożyć na ogrzany półmisek. Poleać stopionym tłuszczem, posypać startym na tarce do jarzyn żółtym serem. Przecier porzeczkowy przelać do naczynia i podać do polania makaronu.

Uwaga!

Przecieru nie należy zbyt mocno słodzić, aby miał ostry smak.

PŁATKI OWSIANE Z PORZECZKAMI LUB MALINAMI

3/4 szklanki płatków owsianych, 30 dag dojrzałych porzeczek lub malin, 1/4 szklanki śmietany, 2—3 łyżki cukru pudru, 1 porcja cukru wanilinowego, orzechy włoskie łuskane

Owoce opłukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki. Płatki owsiane wsypać na blachę lub dużą patelnię i zrumienić w gorącym piekarniku. Śmietanę ubić lub wymieszać z cukrem pudrem i cukrem wanilinowym. Zrumienione płatki wymieszać z owocami w salaterce lub wyciorować do kompotierek albo pucharków. Połać ubitą z cukrem pudrem śmietaną, posypać posiekanymi orzechami włoskimi.

RACUSZKI Z PORZECZKAMI, AGRESTEM LUB MALINAMI

1 1/2 szklanki mąki, 1 szklanka kwaśnego mleka, 1/2 szklanki kwaśnej śmietany, 1 łyżka oleju sojowego, 2—3 jajka, 30 dag agrestu, 2 łyżki cukru pudru, ok. 5 łyżek tłuszczu do smażenia, sól

Jajka z mlekiem i śmietaną rozmieszać na gładką masę przy pomocy miksera lub trzepaczką, dodając mąkę, olej i sól. Owoce umyć, osączyć na sicie, usunąć szypułki i dodać do ciasta. Lekko wymieszać i kłaść łyżką nieduże placuszki na silnie rozgrzany tłuszcz. Smażyć z obu stron na jasnożółty kolor. Usmażone placuszki ułożyć na ogrzonym półmisku. Podawać je na gorąco posypane cukrem pudrem lub ze słodkim sosem podanym w osobnym naczyniu.

NALEŚNIKI ŚMIETANOWE Z DŻEMEM MALINOWYM LUB AGRESTOWYM

Ciasto: 1 szklanka śmietany, 2 łyżki cukru, 3 jajka, 1 szklanka mąki, 2 łyżki masła lub margaryny;

Nadzienie: 5 łyżek dżemu malinowego, agrestowego lub porzeczkowego, cukier puder do posypania lub sos waniliowy do polania, tłuszcz i bułka tarta do formy

Żółtka utrzeć z cukrem, białka ubić na sztywną pianę. Żółtka wymieszać lekko ze śmietaną, dodając partiami przesianą mąkę i ubitą pianę. Z otrzymanego ciasta usmażyć dość grube naleśniki na rozgrzanej i posmarowanej masłem patelni. Tortownicę lub rondel posmarować masłem lub margaryną, posypać tartą bułką. Naleśniki smarować dżemem rozbitym na gładką masę i układać w tortownicy jeden na drugim, przykryć naleśnikiem nie posmarowanym, skropić lekko pozostałym rozpuszczonym masłem, wstawić do gorącego piekarnika i zapiec. Po wyjęciu okrajać brzegi nożem, wyłożyć na ogrzany okrągły półmisek i pokrajać w kawałki podobnie jak tort. Podawać porcje posypane cukrem pudrem lub polane słodkim sosem.

NALEŚNIKI Z SEREM I SOSEM MALINOWO-ŚMIETANOWYM

Ciasto: 1 szklanka mąki, 2 jajka, sól, 1 szklanka mleka, 1/2—1 szklanka wody, 2 łyżki oleju sojowego;

Nadzienie: 25 dag świeżego twarożku, 3—4 łyżki śmietany lub mleka, 1 łyżka cukru, 1—2 łyżki margaryny do smażenia;

Sos: 1/2 szklanki śmietany, 20 dag malin, cukier puder

Z sera, śmietany lub mleka oraz cukru przygotować nadzienie. Przygotować ciasto: jajka wybić i roztrzepać,

dodawać stopniowo mąkę, mleko, wodę i olej, wymieszać na gładką masę, lekko posolić. Ciasto na naleśniki można też przyrządzić za pomocą miksera. Patelnię rozgrzać, posmarować tłuszczem, nalać ciasto i smażyć naleśniki. Następne porcje nalewać na gorącą patelnię bez smarowania jej tłuszczem. Naleśniki smarować nadzieniem serowym i składać na pół, a następnie jeszcze raz złożyć, tak aby powstał trójkąt. Pod smażyć je na rozgrzanym tłuszczu z obu stron na jasnozłoty kolor lub ułożyć na wysmarowanym margaryną półmisku ogniotrwałym i wstawić do dobrze nagrzanego piekarnika. Śmietanę wymieszać z cukrem pudrem. Dodać maliny opłukane i osączone. Gorące naleśniki podawać polane sosem.

Uwaga!

Do polania naleśników można wymieszać śmietanę z przecierem owocowym lub mrożonymi owocami zamiast ze świeżymi owocami.

OMLET NATURALNY Z MALINAMI LUB CZARNYMI PORZECZKAMI

Ciasto: 4 jajka, 1 łyżka mleka lub wody, sól, masło;

Nadzienie: 20 dag malin lub czarnych porzeczek, 1 łyżka cukru pudru

Maliny przebrać, delikatnie opłukać i osączyć na sicie. Jajka wymieszać w naczyniu z dodatkiem mleka lub wody, lekko osolić. Na patelni rozgrzać masło, wlewać porcje masy jajecznej i ogrzewać do lekkiego ścięcia bez odwracania na drugą stronę. W celu równomiernego ścięcia, można trochę podważyć łopatką omlet, aby nie ścięta masa ściekła na boki i dno patelni. Na połówce omletu układać maliny, nakryć drugą połową, zsunąć całość na ogrzany półmisek. Posypać cukrem pudrem i podawać.

MAKARON Z TWAROGIEM I SOSEM MALINOWYM

50 dag makaronu krajanki lub muszelek, 1—2 łyżki margaryny lub masła, 20 dag świeżego twarogu (najlepiej domowego), 40 dag malin, 1/3 szklanki śmietany, 1/2 łyżki mąki pszennej lub ziemniaczanej, cukier, sól

Zagotować wodę w rondlu, osolić. Wrzucić makaron, ugotować, połączyć częścią stopionego tłuszczu. Maliny przebrać, przepłukać na sicie, osączyć, przetrzeć przez sitko. Pozostałą miążgę zagotować z wodą (ok. 1 szklanki) i odcedzić. Mąkę wymieszać ze śmietaną, dodać nieco ciepłego wywaru z malin, połączyć zawiesinę z wywarem, zagotować mieszając, aby się nie potworzyły grudki. Dodać surowy przecier z malin, posłodzić sos do smaku. Twarożek rozetrzeć lub pokruszyć. Makaron podawać okraszony tłuszczem, posypany twarożkiem i obficie polany na talerzu słodkim sosem z malin lub zapieczony w piekarniku. W tym celu w wysmarowanej tłuszczem blasze układać warstwami makaron i twarożek, polewać tłuszczem, na wierzchu ułożyć warstwę makaronu, połączyć tłuszczem i wstawić do piekarnika. Do wyporcjowanego makaronu podać w dzbanuszkach sos malinowy.

Uwaga!

Można też makaron podać bez twarogu, z samym sosem malinowym.

OMLET BISZKOPTOWY Z MALINAMI LUB PORZECZKAMI

Ciasto: 4 jajka, 2 łyżki mąki, 1 łyżka margaryny lub masła, sól;
Nadzienię: 20 dag dojrzałych malin lub czarnych porzeczek, 2 łyżki cukru pudru do posypania

Białka ubić na sztywną pianę. Żółtka rozmieszać i połączyć ostrożnie z ubitą pianą, dodając przesianą mąkę. Lekko wymieszać i wlewać na rozgrzany na patelni tłuszcz. Smażyć na niezbyt dużym ogniu podważając łypatką lub szerokim nożem, aby nie ścięta masa jajeczna spłynęła na dno. Lekko ścięte omlety (4—5 sztuk) można jeszcze wstawić na kilka minut do gorącego piekarnika i wyjąć po lekkim zrumienieniu. Opłukane i osączone maliny położyć na połówkę omletu, przykrywając drugą połową, i zsunąć na ogrzany półmisek. Można je pokrajać na porcje w formie trójkątów. Podawać na gorąco, posypane suto cukrem pudrem. Można też część cukru dodać do malin, którymi nadziewa się omlety.

NALEŚNIKI Z MALINAMI I ŚMIETANĄ

Ciasto: 1 szklanka mąki, 2 jajka, sól, 1 szklanka mleka, 1/2—1 szklanka wody, 1—2 łyżki oleju sojowego lub oliwy;

Nadzienie: 30 dag malin, 2 łyżki masła lub margaryny do podsmażenia naleśników;

Sos: 2 łyżki cukru pudru, 1/2 porcji cukru wanilinowego, 1/2 szklanki śmietany

Jajka dokładnie rozmącić, mleko połączyć z wodą. Do rozmaconych jajek dodawać po trochu płyn i przesianą mąkę oraz olej, dokładnie ubijając, aby ciasto było gładkie. Posolić je, można też lekko posłodzić. Patelnię dobrze rozgrzać, posmarować olejem lub odrobiną innego tłuszczu i łyżką wazową lub z garnuszka z dziubkiem wlewać takie porcje ciasta, aby naleśnik był cienki. Po ścięciu się ciasta od spodu przewrócić naleśnik na drugą stronę za pomocą łypatki lub szerszego noża i przełożyć na odwrócony dnem do góry talerz. Następne naleśniki smażyć, nalewając ciasto na rozgrzaną patelnię bez smarowania jej tłuszczem (ciasto wyrobione z dodat-

kiem oleju nie przywiera do dna). Maliny przebrać, opłukać, osączyć na sicie, usunąć pozostałe szypułki. Nakładać porcje owoców na naleśniki, składać w chusteczki. lub zawinąć 2 brzegi naleśnika, a następnie złożyć na pół. Napełnione owocami naleśniki układać od razu na patelni z rozgrzaną margaryną, szybko na dość dużym ogniu przyrumienić z obu stron. Śmietanę ubić z cukrem pudrem, dodać cukier wanilinowy. Gorące naleśniki przenieść na ogrzany półmisek i zaraz podawać ze śmietaną w dzbanuszku przyprawioną cukrem i cukrem wanilinowym.

MAKARON ZAPIEKANY Z AGRESTEM, MALINAMI LUB PORZECZKAMI

2 szklanki mąki, 3 jajka, sól, 2 łyżki masła lub margaryny, 40 dag agrestu, 1 szklanka śmietany, 1 porcja cukru wanilinowego, 2 łyżki cukru pudru, 1 łyżka tartej bułki

Przesiać mąkę na stolnicę, dodać do utworzonego w niej wgłębienia 2 jajka oraz wodę, zagnieść twarde ciasto. Dobrze je wyrobić, podzielić na części, rozwałkować na dość szerokie placki, przesuszyć. Agrest opłukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki. Jajko pozostałe wymieszać z połową śmietanki i połową cukru pudru. Wysuszone placki oprószyć mąką, zwinąć w luźny i dość szeroki rulon, pokrajać w paski o szerokości ok. 4 cm, a następnie krajać je w poprzek w podłużne kluseczki, przesypując lekko mąką, aby się nie posklejały. Makaron włożyć do wrzącej, osolonej wody, zamieszać, ugotować, odcedzić, przelać wodą, osączyć, polać stopioną margaryną. Ułożyć połowę makaronu w wysmarowanym tłuszczem rondlu, nałożyć agrest, przykryć makaronem, lekko osłodzić, polać śmietaną wymieszaną z jajkiem, wyrównać powierzchnię. Posypać tartą bułką i wstawić do gorącego

piekarnika. Zapiekać przez ok. 30 min. Pozostałą śmietaną ubić z cukrem pudrem, dodać cukier wanilinowy, wymieszać, przelać do dzbanuszka. Zapieczony makaron po wyjęciu z piekarnika okrajać nożem od brzegów naczynia, wyłożyć na półmisek. Podawać wyporcjowany (podobnie jak tort) z dodatkiem śmietanki. Można też podawać posypyany cukrem pudrem.

RYŻ ZAPIEKANY Z AGRESTEM

Ok. 1 szklanki ryżu, 1 łyżka margaryny, 1 łyżka oleju sojowego lub oliwy, 50 dag agrestu, 2—3 łyżki cukru, sól, tarta bułka, 1/2 szklanki gęstej śmietany, cukier puder, 1 porcja cukru wanilinowego

Zagotować wodę w rondlu, osoliczyć, wrzucić ryż, ugotować jak makaron, odcedzić. Agrest opłukać, usunąć szypułki. Ryż układać warstwami w wysmarowanym tłuszczem i wysypanym tartą bułką rondlu lub na blasze, polewając stopionym tłuszczem, przekładając agrestem i posypując cukrem. Przykryć warstwą ryżu, skropić tłuszczem i zapiec w dobrze nagrzanym piekarniku. Śmietaną wymieszać z cukrem pudrem i cukrem wanilinowym, przelać do dzbanuszka. Ryż podawać na gorąco z dodatkiem przygotowanej śmietany.

KNEDLE Z AGRESTEM

Ciasto: 1 kg ziemniaków, 1 1/2 szklanki mąki, 1—2 jajka, sól;
Nadzienie: 30—40 dag zielonego agrestu, 2 łyżki masła lub margaryny, 1 łyżka tartej bułki, 3—4 łyżki cukru

Ziemniaki umyć, obrać, zalać wrzącą wodą, osoliczyć, ugotować, odcedzić, odparować i przepuścić przez przeciskacz

lub maszynkę do mięsa albo utłuc. Agrest przebrać, umyć, osączyć, usunąć szypułki. Do utłuczonych lub zmieszanych ziemniaków dodać mąkę i jajka, zagnieść ciasto. Uformować wałek i oddzielać niewielkie porcje ciasta, lekko je rozplaszczając. Wkładać owoce i po zwinięciu brzegów formować kuliste knedle. Kłaść je partiami na osoloną, lekko wrzącą wodę i po kilkuminutowym gotowaniu (bez doprowadzenia do silnego wrzenia) wyjmować łyżką cedzakową i polewać stopionym tłuszczem. Gorące knedle podawać bezpośrednio po ugotowaniu, polane zrumienioną bułką z masłem i posypane cukrem. Można je także podawać z osłodzoną śmietanką.

PIEROŻKI Z AGRESTEM, MALINAMI LUB PORZECZKAMI

Ciasto: 1 1/2 szklanki mąki, 1 jajko, sól;

Nadzienie: 40 dag agrestu lub innych owoców, 1—2 łyżki masła lub margaryny, 1/2 szklanki śmietany, 1—2 łyżki cukru pudru

Agrest optukać, osączyć, usunąć szypułki. Z mąki i jajka z dodatkiem wody zagnieść ciasto o luźnej konsystencji. Rozwałkować je dość cienko formując prostokąt. W odległości ok. 4 cm od brzegu ciasta nakładać co 4—5 cm porcje agrestu lub innych owoców, nakryć je pozostawionym od brzegu pasem ciasta, wykrawać foremką lub szklanką pierożki i zlepić je palcami. Następnie wrzucać na lekko wrzącą wodę, zamieszać, przykryć rondel. Gdy podptyną na wierzch, zagotować, wybrać ostrożnie łyżką cedzakową na durszlak. Osączyć, wyłożyć na ogrzany półmisek, polewając stopionym masłem. Podawać ze śmietaną przyprawioną cukrem pudrem, dokładnie wymieszaną i przelaną do dzbanuszka. Podawać na drugie danie lub na deser.

OMLET Z DŻEMEM LUB KONFITURAMI Z AGRESTU, PORZECZEK LUB MALIN

Ciasto: 4 jajka, 1 łyżka mąki, 2 łyżki śmietany, 1 łyżka cukru, 2 łyżki masła lub margaryny, sól;

Nadzienie: 4 łyżki dżemu lub konfitur, cukier puder do posypania lub bita śmietanka

Białka ubić na sztywną pianę, dodając cukier. Żółtka wymieszać ze śmietaną i dodawać je na przemian z mąką do ubitej piany. Delikatnie wymieszać, lekko osolić i wlewać partiami na rozgrzany na patelni tłuszcz. Smażyć na niezbyt dużym ogniu. Ścięte omlety można wstawić jeszcze na kilka minut do gorącego piekarnika, aby się lekko zrumieniły. Na połówkę omletu nakładać konfitury lub dżem, przykrywając drugą połówką. Złożone omlety zsunąć na półmisek za pomocą łopatkki lub noża. Podawać z dodatkiem bitej śmietany lub posypane cukrem pudrem.





DESERY

SAŁATKA Z MELONA Z KONSERWOWANYM PRZECIEREM Z BIAŁYCH PORZECZEK LUB AGRESTU

50 dag melonów, 1/2 szklanki słodzonego przecieru z białych porzeczek lub agrestu, 1/2 szklanki bitej śmietany, włoskie orzechy

Melon opłukać, obrać, usunąć części niejadalne, pokrajać w paski. Przełożyć do szklanej salaterki, dodać przecier z owoców, delikatnie wymieszać. Sałatkę oziębic w lodówce. Przed podaniem przybrać bitą śmietaną i posypać posiekanymi włoskimi orzechami.

SAŁATKA Z PORZECZEK, MALIN, WCZESNYCH JABŁEK I MORELI

30 dag malin, 15 dag białych porzeczek, 1—2 dojrzałe jabłka, 4 dojrzałe morele, 3 łyżki cukru pudru, 1 szklanka śmietany

Porzeczki umyć, osączyć, usunąć szypułki, przetrzeć przez sito, posłodzić częścią cukru. Jabłka umyć, obrać, zetrzeć na tarce o dużych otworkach i połączyć z przecierem z porzeczek. Morele umyć, usunąć pestki, podzielić na części. Maliny ostrożnie opłukać i osączyć na sicie, śmietankę wymieszać z cukrem pudrem. Jabłka z przecierem porzeczkowym oraz morele ułożyć w szklanej salaterce lub wyporcjować do pucharków albo kompotierek. Na wierzchu położyć maliny i połączyć z osłodzoną śmietanką.

SALATKA Z SUSZONYCH ŚLIWEK Z PRZECIEREM Z PORZECZEK

15—20 dag suszonych śliwek, 3/4 szklanki przecieru z czerwonych, białych lub czarnych porzeczek, cukier, 2—3 goździki

Śliwki dokładnie umyć, zalać małą ilością przegotowanej i przestudzonej wody i pozostawić na kilka godzin. Namoczone śliwki podzielić na części, usuwając pestki. Wodę, w której się moczyły, przegotować z goździkami z dodatkiem cukru, ostudzić, dodać przecier porzeczkowy i zalać ułożone w salaterce śliwki.

Uwaga!

Salatkę można podać z bitą śmietaną i drobnymi ciasteczkami.

KOMPOT Z WCZESNYCH JABŁEK I CZERWONYCH PORZECZEK

2—3 jabłka, 30 dag czerwonych porzeczek, 4 łyżki cukru, 3 szklanki wody

Wodę zagotować z cukrem. Jabłka umyć, obrać, usunąć gniazdka nasienne, pokrajać na cząstki. Porzeczki opłukać, usunąć szypułki. Jabłka włożyć do wrzącego syropu, zagotować, włożyć porzeczki i zaraz odstawić z ognia. Ochłodzić, przelać do salaterki lub do kompotierek.

KISIEL Z PORZECZEK

30 dag porzeczek, 4 łyżki cukru, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2—3 szklanki wody

Zagotować wodę. Porzeczki umyć, usunąć szypułki, przetrzeć przez sito, przelewając niewielką ilością przegotowanej wody, odcisnąć. Przecier postudzić, wymieszać. Mąkę ziemniaczaną rozmieszać z 1/3 szklanki przegotowanej, ostudzonej wody i wlać do reszty gotującej się wody mieszając, a następnie po zagęszczeniu i zagotowaniu zdjąć z ognia. Mieszając wlewać przecier z porzeczek. Kisiel rozlać do szklanych porcjowych naczyń i oziębnić. Można podawać z osłodzoną śmietanką lub sosem, np. waniliowym.

KISIEL Z CZERWONYCH LUB CZARNYCH PORZECZEK Z JABŁKAMI

30 dag porzeczek, 2 duże dojrzałe jabłka, 4 łyżki cukru, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2—3 szklanki wody, 1/2 szklanki śmietanki, 1/2 łyżki cukru pudru, cukier wanilinowy

Zagotować wodę, odlać 1 szklankę, ostudzić. Do pozostałej wody dodać cukier. Mąkę ziemniaczaną rozprowadzić małą ilością przegotowanej, ostudzonej wody. Porzeczki

opłukać, osączyć, usunąć szypułki, przetrzeć, przelewając pozostałą na sicie miążgę małą ilością wody. Można też miążgę zagotować z małą ilością wody, a następnie odcisnąć. Jabłka umyć, obrać, pokrajać w cząstki, usuwając gniazdka nasienne, włożyć do wrzącej wody z cukrem, zagotować, a następnie dodać zawiesinę mąki ziemniaczanej i stale mieszając, zagotować. Odstawić z ognia i mieszając dodać przecier z porzeczek. Kisiel rozlać do porcjowych szklanych naczyń i oziębic. Śmietankę wymieszać z cukrem pudrem i cukrem wanilinowym, przełożyć do naczynia, np. dzbanuszka, i podać do polania oziębionego kisielu.

JABŁKA W GALARETCIE Z WINA PORZECZKOWEGO

2—3 dojrzałe jabłka, 4—5 łyżek cukru, 1—1 1/2 łyżki żelatyny w proszku, 2—3 szklanki wody, kilka goździków, 1 szklanka domowego wina z porzeczek lub innych owoców, sok cytrynowy, 1/2 szklanki bitej śmietany, 1 łyżka rodzynków lub konfitury

Z cukru i wody ugotować syrop z dodatkiem goździków. Jabłka umyć, obrać, przekrajać na połówki lub ćwiartki, usunąć gniazdka nasienne. Włożyć je do wrzącego syropu, ugotować, aby były lekko twarde, wyjąć ostrożnie łyżką cedzakową i ułożyć w szklanej salaterce lub kompotierkach. Żelatynę namoczyć w kilku łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku, zagotować. Pozostały po ugotowaniu owoców syrop precedzić, wymieszać z rozpuszczoną żelatyną, dodać wino, sok cytrynowy i przestudzić. Gęstniejącą galaretką zalać ułożone w salaterce lub kompotierkach jabłka i zastudzić. Owoce w galaretkę podawać przybrane bitą śmietaną, posypane rodzynkami lub przybrane konfiturami.

GALARETKA Z CZERWONYCH LUB BIAŁYCH PORZECZEK

30 dag porzeczek, 4—5 łyżek cukru, 1—1 1/2 łyżki żelatyny w proszku, 3 szklanki wody, 1/2 szklanki słodkiej śmietanki, 1/2 łyżki cukru pudru, 1 łyżeczka cukru wanilinowego

Porzeczki opłukać, osączyć, usunąć szypułki, przetrzeć przez sito lub przecieraczkę. Miazgę zalać wodą, zagotować, odcedzić, połączyć z przecierem, dodać cukier. Żelatynę namoczyć w 2 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku, zagotować, połączyć z przecierem, wymieszać. Płyn przelać do salaterki szklanej lub rozlać do kompotierek, zastudzić. Galaretkę podawać z osłodzoną śmietanką z dodatkiem cukru wanilinowego lub z bitą śmietaną.

MORELE W GALARETCE Z BIAŁYCH LUB CZERWONYCH PORZECZEK

5—10 dojrzałych moreli, 40 dag porzeczek, 4—5 łyżek cukru, 2 łyżki żelatyny w proszku, 3 szklanki wody, skórka z cytryny lub pomarańczy

Morele dokładnie wymyć, osączyć, przekrajać na połówki, usunąć pestki, ułożyć w szklanej salaterce lub w kompotierekach. Żelatynę namoczyć w kilku łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku, zagotować. Porzeczki opłukać, dokładnie osączyć na sicie, usunąć szypułki, wycisnąć sok w sokowirówce lub przez gazę. Pozostałą miazgę zagotować z wodą, dodając skórkę cytrynową i odcedzić. Połączyć z sokiem z porzeczek, dodać cukier, rozpuszczoną żelatynę i wymieszać. Gorącym płynem zalać morele. Galaretkę zastudzić i podawać

samą lub przybraną bitą śmietaną; można ją też podać ze słodkim sosem, np. szodonowym lub waniliowym, albo z lodami śmietankowymi czy waniliowymi.

MUS Z MORELI LUB RENKŁOD I PORZECZEK

5—7 dojrzałych moreli lub renkłod, 20 dag porzeczek, 3—5 łyżek cukru, 2—3 białka, 1 łyżka żelatyny w proszku, bita śmietanka lub słodki sos

Morele umyć, usunąć pestki, zalać kilkoma łyżkami wrzącej wody, rozgotować, przetrzeć i lekko posłodzić. Porzeczki umyć dokładnie, osączyć na sicie, usunąć szypułki i przetrzeć przez sito. Żelatynę namoczyć w 2—3 łyżkach zimnej wody, a następnie rozpuścić w małej ilości wrzątku i zagotować. Białka ubić na sztywną pianę, dodając w czasie ubijania cukier. Przecier z moreli i porzeczek połączyć z ubitą pianą i rozpuszczoną żelatyną, lekko ubijając, aż zacznie gęstnieć. Mus przełożyć do salaterki lub pucharków, zastudzić w lodówce. Podawać zaraz po zastudzeniu, przybrany bitą śmietaną lub z dodatkiem słodkiego sosu.

LODY Z GALARETKĄ PORZECZKOWĄ

50 dag lodów mieszanych, 1 szklanka bitej śmietany, 1 1/2 szklanki galaretki z porzeczek lub owoców w galaretkę z porzeczek, 2 łyżki posiekanych orzechów włoskich

Galaretkę wyporcjować do kompotierek lub pucharków, nałożyć na nią lody, przybrać bitą śmietaną i posypać posiekanymi orzechami. Podawać z drobnymi ciasteczkami.

MALINY Z CUKREM

40—50 dag malin, 2—3 łyżki cukru pudru

Maliny przebrać, delikatnie opłukać i osączyć. Przełożyć do szklanej salaterki lub do małych kompotierek porcjowych i posypać cukrem pudrem.

Uwaga!

Można też podawać maliny z bitą śmietaną lub posłodzoną śmietanką z dodatkiem cukru wanilinowego.

MALINY LUB CZARNE PORZECZKI ZE ŚMIETANĄ

40 dag malin lub czarnych porzeczek, 3—4 łyżki cukru pudru, 1/2 szklanki śmietany, 1 porcja cukru wanilinowego

Owoce delikatnie opłukać i osączyć na sicie. Przełożyć do szklanej salaterki lub do porcjowych kompotierek. Śmietaną wymieszać z cukrem pudrem i cukrem wanilinowym, połączyć owoce lub podać ją osobno w szklanym naczyniu.

JABŁKA PIECZONE Z DZEMEM Z MALIN, CZARNYCH PORZECZEK LUB AGRESTU

75 dag (4—5 sztuk) dużych jabłek, 5—7 dag dżemu, 1 łyżka cukru pudru

Jabłka umyć, wydrążyć gniazdka nasienne. Wydrążone wgłębienia napełnić dżemem. Jabłka włożyć do blaszki, podlać małą ilością wody i upiec w piekarniku. Podawać ułożone na półmisku lub talerzykach, gorące albo ostu-

dzone, posypane cukrem pudrem czy przybrane bitą śmietaną.

JABŁKA Z KONFITURAMI MALINOWYMI ZAPIEKANE Z KREMEM

75 dag jabłek (4—5 dużych sztuk), 5 dag konfitur malinowych lub agrestowych, 2 łyżki cukru, kwasek lub sok cytrynowy, 2 jajka, skórka otarta z cytryny, łuskane orzechy włoskie

Umyte jabłka obrać, przekrajać na półowki, wydrążyć, usunąć gniazdka nasienne, skropić rozpuszczonym w wodzie kwaskiem cytrynowym lub sokiem z cytryny. Wgłębienia napełnić konfiturami, ułożyć na półmisku żaroodpornym i wstawić do średnio nagrzanego piekarnika. Przyrządzić krem. Żółtka ubić z częścią cukru, dodać skórkę otartą z cytryny. Białka ubić z pozostałym cukrem na sztywną pianę i wymieszać z żółtkami. Podpieczone jabłka wyjąć z piekarnika, obłożyć przygotowaną masą, wstawić do nagrzanego piekarnika i szybko zapiec. Podawać na gorąco, posypane posiekаныmi orzechami.

SALAŃKA Z DYNI Z KONSERWOWANYM SOKIEM Z MALIN LUB PORZECZEK

50 dag dyni, 1/2 szklanki słodzonego soku malinowego lub porzeczkowego, sok lub kwasek cytrynowy

Dynię umyć, obrać, usunąć części niejadalne, zetrzeć na tarce o dużych otworach, pokropić sokiem z cytryny lub rozcieńczonym kwaskiem. Przełożyć do szklanej salaterki lub kompotierek porcjowych, zalać sokiem malinowym. Do sałatki można podać drobne ciasteczka i bitą śmietaną.

SALATKA Z GRUSZEK W PRZECIERZE Z MALIN LUB PORZECZEK ZE ŚMIETANKĄ

4—5 dojrzałych gruszek, 20 dag malin lub czerwonych albo czarnych porzeczek, 1/2 szklanki śmietanki, 1 łyżka cukru kryształu, kwasek cytrynowy, 3 łyżki cukru pudru

Zagotować małą ilość wody z łyżką cukru i niewielką ilością kwasu cytrynowego. Gruszki umyć, obrać, przekrajać na połówki, usunąć gniazdka nasienne, włożyć do gotującej wody z cukrem i lekko obgotować. Przystudzić, pokrajać w paseczki, przełożyć do szklanej salaterki lub kompotierek porcjowych. Owoce opłukać i osączyć na sicie, przetrzeć przelewając wywarem z gruszek, odcisnąć. Śmietankę wymieszać z cukrem pudrem, połączyć z przecierem, zalać gruszki w salaterce. Przed podaniem oziębic w lodówce.

Uwaga!

Salatkę można podać z dodatkiem małej ilości koniaku.

SALATKA Z OWOCÓW MIESZANYCH

5—7 sztuk dojrzałych moreli, 1 szklanka świeżych malin, 1/2 szklanki poziomek, 1/2 szklanki czarnych porzeczek, 3 łyżki cukru pudru, 1/2 szklanki śmietanki

Morele umyć, osączyć, przekrajać, usunąć pestki i podzielić na części. Maliny opłukać ostrożnie, osączyć na sicie. Połowę malin przetrzeć, połowę zostawić w całości. Porzeczki i poziomki opłukać i osączyć na sicie. Przecier z malin połączyć ze śmietanką, dodać cukier puder i dokładnie wymieszać. Całe maliny, morele, poziomki i porzeczki ułożyć w szklanej salaterce lub w kompotier-

kach i polać śmietanką z przecierem malinowym. Sałatkę podawać lekko ochłodzoną.

Uwaga!

Sałatkę można podać z lodami waniliowymi.

SALAŃKA Z MALIN I MELONA

30 dag malin, 30 dag melona, cukier puder, 1/2 szklanki bitej śmietany

Melon oplukać, obrać, usunąć części niejadalne, pokrajać w paseczki, przełożyć do szklanej salaterki, mocno oziębnić w lodówce. Maliny przebrać, delikatnie oplukać i osączyć na sicie, ułożyć na melonie, posypać cukrem pudrem i przybrać bitą śmietaną.

KOMPOT Z MALIN I PORZECZEK NA SUROWO

25 dag malin, 25 dag czerwonych, białych lub czarnych porzeczek, 2 łyżki cukru pudru, 2 łyżki cukru kryształu, goździki lub skórka z cytryny, 2—3 szklanki wody

Maliny przebrać, oplukać i osączyć na sicie. Włożyć do szklanej salaterki lub do kompotierek, posypać cukrem pudrem. Zagotować wodę z cukrem i goździkami. Porzeczki oplukać i osączyć, usunąć szypułki, przetrzeć, przelewając miążgę na sicie małą ilością przegotowanej wody (niesłodzonej). Przecier połączyć z syropem, zamieszać i zalać maliny w salaterce. Podawać po oziębieniu.

KOMPOT Z GRUSZEK I MALIN LUB PORZECZEK NA SUROWO

15 dag malin lub porzeczek, 4—5 dobrze dojrzałych gruszek, 3 łyżki cukru, kilka goździków lub kawałek skórki z cytryny, 2 szklanki wody

Zagotować wodę z cukrem i goździkami lub skórką z cytryny. Maliny przebrać, opłukać, osączyć na sicie, przetrzeć i połączyć z gorącym syropem. Umyte i obrane gruszki pokrajać na połówki lub ćwiartki, usunąć gniazda nasienne i ułożyć w salaterce lub w kompotierkach. Zalać przygotowanym syropem z przecierem z malin. Podawać po oziębieniu.

KISIEL Z MALIN LUB AGRESTU Z GRUSZKAMI

30 dag malin, 2 duże dojrzałe gruszki, 3—4 łyżki cukru, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2—3 szklanki wody

Zagotować wodę, odlać 1 szklankę, do pozostałej dodać cukier. Maliny opłukać, osączyć i przetrzeć. Pozostałą na sicie miążgę przelać niewielką ilością przegotowanej, niesłodzonej wody, odcisnąć. Gruszki umyć, obrać, zetrzeć na tarce o dużych otworach, połączyć z uzyskanym przecierem. Mąkę ziemniaczaną wymieszać z 1/3 szklanki przegotowanej wystudzonej wody i wlać do reszty wrzącej osłodzonej wody stale mieszając. Zagotować, odstawić z ognia i dodać przecier z gruszkami. Kisiel rozlać do porcjowych naczyń i oziębic. Podawać bez dodatków. Można także kisiel przybrać bitą śmietanką lub polać słodkim sosem.

KISIEL Z MALIN

30—40 dag malin, 3—4 łyżki cukru, 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 2—3 szklanki wody, 4 łyżki śmietanki, 1/2 łyżki cukru pudru, cukier wanilinowy

Zagotować wodę. Maliny opłukać, osączyć i przetrzeć, przelewając miążgę małą ilością przegotowanej wody, odcisnąć. Do przecieru dodać cukier, wymieszać. Mąkę ziemniaczaną rozmieszać z 1/3 szklanki przegotowanej, ostudzonej wody, wlać do reszty wrzącej wody mieszając, aby nie utworzyły się grudki, i zagotować. Zdjąć z ognia i mieszając dodać posłodzony przecier. Kisiel rozlać do szklanych kompotierek i oziębic. Śmietankę wymieszać z cukrem pudrem i cukrem wanilinowym, podać w dzbanuszkach do polania kisielu.

KISIEL Z OWOCÓW MIESZANYCH

2 dojrzałe jabłka, 10 dag malin, 10 dag agrestu, 10 dag poziomek, 4—5 łyżek cukru, 2—3 łyżki mąki ziemniaczanej, 3 szklanki wody

Zagotować wodę, odlać 1/2 szklanki, do pozostałej dodać cukier. Agrest umyć, osączyć, usunąć szypułki, włożyć do syropu. Dodać jabłka umyte, obrane, starte na tarce o dużych otworach i raz zagotować. Maliny i poziomki przebrać, delikatnie opłukać na sicie, osączyć. Mąkę ziemniaczaną rozmieszać z przegotowaną, ostudzoną wodą i zawiesinę wlać mieszając do gotujących się owoców. Zagotować, odstawić z ognia i dodać do kisielu maliny i poziomki. Zamieszać, przelać do szklanej salaterki lub porcjowych naczyń, oziębic. Podawać z osłodzoną śmietanką, bitą śmietaną lub słodkim sosem.

KISIEL MLECZNO-OWOCOWY

2 szklanki mleka, 1 szklanka słodzonego soku lub przecieru malinowego albo porzeczkowego (może być konserwowany), 2 łyżki mąki ziemniaczanej, 1 żółtko

Mąkę ziemniaczaną rozprowadzić niewielką ilością zimnego mleka. Pozostałe mleko zagotować i do wrzącego wlać mieszając zawiesinę mąki ziemniaczanej z mlekiem. Następnie dodać rozmącone żółtko i sok lub przecier z malin albo porzeczek. Zamieszać nie gotując, rozlać do naczyń porcjowych, ostudzić. Kisiel można podawać przybrany bitą śmietaną i posypyany posiekanymi orzechami włoskimi.

GALARETKA WIELOSMAKOWA

3/4 szklanki wywaru z malin, 3/4 szklanki wywaru z agrestu lub z wiśni, 3/4 szklanki wywaru z białych porzeczek, 1 szklanka mleka, 2 łyżki żelatyny w proszku, 3—4 łyżki cukru, 1/2 porcji cukru wanilinowego, 1/2 szklanki bitej śmietany, posiekane orzechy lub 1 łyżka rodzynków

Przygotować osobno klarowne wywary z owoców, postudzić, przestudzić. Mleko zagotować z cukrem i cukrem wanilinowym, ostudzić. Formę na galaretkę optukać przygotowaną, ostudzoną wodą, posypać cukrem. Żelatynę namoczyć w kilku łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku, zagotować. Wywar z porzeczek połączyć z częścią żelatyny, wlać do salaterki, zastudzić w lodówce. Na ostudzoną warstwę galaretki wlać wymieszany z żelatyną gęstniejący już płyn mleczno-waniliowy i znów zastudzić. Następne warstwy o różnych kolorach wlewać podobnie. Po wylaniu ostatniej warstwy gęstnie-

jącego płynu całą galaretkę mocno oziębic, zastudzić. Przed podaniem wyłożyć na okrągły, szklany półmisek i wyporcjować podobnie jak tort. Przybrać bitą śmietaną, posypać posiekanymi orzechami lub rodzynkami.

GALARETKA Z MALIN

30—40 dag malin, 4—5 łyżek cukru, 1—1 1/2 łyżki żelatyny w proszku, 3 szklanki wody, 3 łyżki bitej śmietanki, posiekane orzechy lub słodkie migdały

Maliny opłukać ostrożnie na sicie, osączyć, usunąć szypułki. Odłożyć ok. 1/2 szklanki całych, nieuszkodzonych owoców do przybrania, resztę przetrzeć przez sito. Miążgę zalać wodą, zagotować, odcedzić, połączyć z przecierem, dodać cukier. Żelatynę namoczyć w 2 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w niewielkiej ilości wrzątku, zagotować, połączyć z przecierem. Wymieszać, przelać do szklanej salaterki lub porcjowych kompotierek, zastudzić. Galaretkę przybrać całymi malinami i bitą śmietaną, posypać posiekanymi orzechami.

MALINY W GALARETCIE Z PORZECZEK

20 dag białych porzeczek, 20 dag malin, 3 szklanki wody, 4—5 łyżek cukru, 1—1 1/2 łyżki żelatyny w proszku

Porzeczki opłukać, usunąć szypułki, wycisnąć sok w sokowirówce lub przez gazę, pozostałą miążgę zagotować z wodą, odcedzić, połączyć z przecierem i osłodzić. Żelatynę namoczyć w 2 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku, zagotować i dodać do przecieru z porzeczek. Maliny opłukać na sicie, osączyć, uło-

żyć w szklanej salaterce lub kompotierkach i zalać je ostrożnie przygotowaną gęstniejącą galaretką z porzeczek. Zastudzić, najlepiej w lodówce. Podawać galaretkę przybraną bitą śmietanką lub podać do niej słodki sos waniliowy w dzbanuszkach.

MUS Z MALIN

40 dag malin, 3—4 łyżki cukru pudru, 3 białka, 1/2—1 łyżka żelatyny w proszku, 1/2 szklanki bitej śmietany

Maliny opłukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki. Część owoców nieuszkodzonych pozostawić w całości, resztę przetrzeć przez sito, dodać część cukru. Żelatynę namoczyć w 2—3 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku i zagotować. Białka ubić z pozostałym cukrem na sztywną pianę, połączyć z osłodzonym przecierem, dodać rozpuszczoną żelatynę, ubijając do momentu, aż masa zacznie się lekko zestalać. Następnie przełożyć do salaterki, kompotierek lub pucharków i zastudzić. Mus przybrać bitą śmietaną oraz całymi malinami i zaraz podawać.

KREM MALINOWY

3—4 jajka, 1 łyżka żelatyny w proszku, 5 łyżek cukru, 1 szklanka świeżych malin, kilka biszkoptów

Żółtka ubić z częścią cukru do białości. Żelatynę namoczyć w 2 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku i zagotować. Maliny przebrać, opłukać na sicie, dokładnie osączyć. Część malin (3/4 szklanki) przetrzeć

przez sitko nylonowe lub rozgnieść, część nieuszkodzonych owoców pozostawić w całości. Przecier z malin połączyć z żółtkami i rozpuszczoną żelatyną, ubijając do momentu, aż zacznie gęstnieć. Białka ubić z pozostałym cukrem na sztywną pianę. Do żółtek z przecierem i żelatyną dodać pianę oraz pozostawione całe owoce i ostrożnie wymieszać gęstniejącą masę. Krem przełożyć do salaterki lub pucharków, zastudzić. Podawać z biszkoptami.

Uwaga!

W podobny sposób przygotowuje się krem z mrożonych malin lub pasteryzowanego przecieru z malin, porzeczek albo agrestu.

KREM Z TWAROGU I MALIN

30 dag malin świeżych, mrożonych lub pasteryzowanych, 1/2—1 łyżka żelatyny w proszku, 25 dag twarożku świeżego (nie ścistego), 3 łyżki śmietanki, 1/2 szklanki cukru, 2 jajka, 1 porcja cukru wanilinowego

Maliny przebrać, umyć, osączyć na sicie i przetrzeć, pozostawiając część owoców w całości. Żelatynę namoczyć w 2—3 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku i zagotować. Twarożek przetrzeć przez sitko i wymieszać ze śmietanką na gładką masę. Żółtka utrzeć z częścią cukru i cukrem wanilinowym do białości, wymieszać z twarożkiem, dodać przecier oraz rozpuszczoną żelatynę i ubijać do momentu lekkiego zestalenia. Białka ubić z pozostałym cukrem na sztywną pianę, wymieszać z gęstniejącą masą i przełożyć do szklanej salaterki lub pucharków. Przybrać całymi owocami. Po zastudzeniu od razu podawać do spożycia.

Uwaga!

Krem można posypać posiekanymi orzechami.

KREM Z BITEJ ŚMIETANKI Z MALINAMI LUB PORZECZKAMI

1—1 1/2 szklanki śmietanki, 1 łyżka żelatyny w proszku, 35 dag świeżych malin lub porzeczek czerwonych, cukier puder, orzechy włoskie łuskane

Maliny przebrać, opłukać i osączyć na sicie. Żelatynę namoczyć w 2 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w niewielkiej ilości wrzątku i zagotować. Schłodzoną śmietankę ubić, dodając pod koniec ubijania lekko gęstniejącą żelatynę oraz cukru pudru do smaku. Ubitą masę połączyć z malinami, lekko wymieszać, przełożyć do szklanej salaterki lub pucharków. Schłodzić krem w lodówce i zaraz podawać (posypyany posiekanymi orzechami) z drobnymi ciasteczkami biszkoptowymi lub bezowymi. Ubitą śmietanę z owocami można też podawać z dodatkiem lodów z drobnymi ciasteczkami lub stosować jako masę do napełniania kruchych babeczek, przekładania torcików bezowych i innych ciast.

Uwaga!

Krem można przyrządzić z malin i porzeczek, w proporcji pół na pół.

DESER Z OWOCÓW I LODÓW

30 dag lodów waniliowych lub bakaliowych albo 1 opakowanie lodów w pojemniczkach plastikowych, 4—6 łyżek bitej śmietany, 1 szklanka malin lub innych owoców jagodowych świeżych, mrożonych lub pasteryzowanych, 1 łyżka cukru pudru, kilka biszkoptów podłużnych, posiekane orzechy lub migdały

Umyte i dobrze osączone maliny posypać cukrem pudrem. Lody nałożyć do pucharków, ułożyć na nich bitą

śmietankę, a następnie maliny i włożyć do każdej porcji po biszkopcie. Deser można polać niewielką ilością koniaku. Podawać dobrze ochłodzony.

LODY Z MALINAMI, PRZECIEREM Z CZARNYCH PORZECZEK I BITĄ ŚMIETANĄ

40 dag lodów śmietankowych lub bakaliowych, 20 dag dojrzałych malin, 1/2 szklanki przecieru z czarnych porzeczek, 2 łyżki cukru pudru, 2 łyżki rodzynków lub orzechów włoskich łuskanych, 1 szklanka bitej śmietany

Maliny przebrać usuwając nadpsute, wyłukać i osączyć dokładnie na sicie. Rozłożyć do kompotierek lub pucharów, posypać cukrem pudrem. Na malinach położyć porcje lodów, polać je słodzonym przecierem z czarnej porzeczki, przybrać bitą śmietaną i posypać rodzynkami lub posiekanymi orzechami włoskimi. Podawać z drobnymi ciasteczkami.

LODY Z MALINAMI I AGRESTEM Z KOMPOTU

50 dag lodów śmietankowych lub bakaliowych, 1 1/2 szklanki malin i agrestu z kompotu, 2 łyżki konfitur lub dżemu z malin albo agrestu, 2 łyżki rodzynków lub orzechów włoskich, 1/2 szklanki bitej śmietany

Osączone maliny i agrest ułożyć w kompotierekach lub pucharkach, przykryć lodami, na wierzchu położyć po trochu bitej śmietany, przybrać konfiturami i posypać rodzynkami lub posiekanymi orzechami włoskimi. Podawać z drobnymi ciasteczkami.

KOMPOT Z AGRESTU

40 dag agrestu zielonego, 1/2 szklanki cukru, kilka goździków, 3—4 szklanki wody

Zagotować wodę z cukrem i goździkami. Agrest opłukać, usunąć szypułki, włożyć do wrzącego syropu, zagotować nie doprowadzając do silnego wrzenia. Ochłodzony kompot przelać do szklanego naczynia lub rozlać do kompotierek.

KOMPOT Z AGRESTU I TRUSKAWEK

20 dag agrestu zielonego, 20 dag truskawek, 3 szklanki wody, 3—4 łyżki cukru

Wodę zagotować z cukrem. Agrest opłukać, usunąć szypułki, włożyć na gorący syrop, zagotować. Truskawki opłukać, osączyć, usunąć szypułki, włożyć do ugotowanego, gorącego kompotu i już nie gotować. Kompot ostudzić i przelać do kompotierek.

KOMPOT Z OWOCÓW SUSZONYCH Z PRZECIEREM LUB SOKIEM Z AGRESTU ALBO PORZECZEK

20 dag suszonych owoców (jabłka, gruszki, morele), 1 szklanka przecieru z agrestu lub porzeczek, kilka goździków, 4 szklanki wody, cukier

Suszone owoce dokładnie umyć w letniej wodzie, osączyć, przełożyć do naczynia, zalać przegotowaną, przestudzoną wodą i pozostawić na kilka godzin. Zagotować

w wodzie, w której się moczyły, z dodatkiem cukru i goździków. Ugotowany, ochłodzony kompot połączyć z przecierem z agrestu lub porzeczek, wymieszać, dosłodzić do smaku i zimny przelać do szklanej salaterki lub kompotierek.

GALARETKA Z ZIEŁONEGO AGRESTU

35 dag zielonego agrestu, 4—5 łyżek cukru, 1—1 1/2 łyżki żelatyny w proszku, 3 szklanki wody, 1/3 szklanki słodkiej śmietanki, 1/2 łyżki cukru pudru, 1 łyżeczka cukru wanilinowego

Wodę zagotować. Agrest umyć, osączyć, usunąć szypułki, zalać częścią wrzącej wody, zagotować, odcisnąć przez sito, przelewając niewielką ilością przegotowanej wody. Do otrzymanego wywaru dodać cukier. Żelatynę namoczyć w 2—3 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości gorącej wody, zagotować, wlać do przecieru. Wymieszać i przelać do kompotierek lub szklanej salaterki, odstawić do ostudzenia. Do galaretki podać w dzbanuszkach osłodzoną śmietankę z dodatkiem cukru pudru i cukru wanilinowego. Można też przybrać bitą śmietaną lub konfiturami z wiśni.

MUS Z DYNI Z PRZECIEREM KONSERWOWYM Z AGRESTU LUB PORZECZEK

75 dag dyni, 1/2 szklanki przecieru z agrestu lub porzeczek, 3—4 łyżki cukru, 3 białka, 1 łyżka żelatyny w proszku, 1/2 szklanki bitej śmietany, 1 łyżka malin lub wiśni z konfitur

Dynię umyć, obrać, usunąć części niejadalne, pokrajać, zalać małą ilością wody, rozgotować pod przykryciem

i przetrzeć przez sitko. Żelatynę namoczyć w 2—3 łyżkach zimnej wody, rozpuścić w małej ilości wrzątku i zagotować. Białka ubić na sztywną pianę, dodając w czasie ubijania cukier. Przecier z dyni i przecier z agrestu oraz żelatynę połączyć z pianą, lekko ubijając, aż zacznie gęstnieć. Przełożyć mus do salaterki lub pucharków i zastudzić. Przybrać bitą śmietaną oraz owocami z konfitur.





NAPOJE

NAPÓJ Z BIAŁYCH I CZARNYCH PORZECZEK

20 dag białych porzeczek, 15 dag czarnych porzeczek, ok. 4 łyżek cukru, 3—4 szklanki wody

Wodę zagotować. Z niewielkiej ilości wody i cukru ugotować syrop i przestudzić. Owoce opłukać na sicie pod bieżącą wodą lub zanurzając je z sitem w naczyniu z wodą, osączyć, obrać z szypułek, zmiażdżyć. Zalać przegotowaną, ostudzoną wodą i postawić w chłodnym miejscu na ok. 1 godz. Odcedzić, sok połączyć z syropem, wymieszać i ochłodzić. Przełać do szklanego dzbanka. Podawać w szklankach. Napój otrzymany w ten sposób jest klarowny, o ładnej barwie.

Uwaga!

Można też porzeczki przetrzeć przez sito lub przecieraczkę uzyskując w ten sposób napój smaczny, ale nieklarowny.

NAPÓJ Z CZARNYCH PORZECZEK Z MIODEM

30 dag czarnych porzeczek, ok. 3 łyżek miodu, 1 łyżka cukru, 2—3 szklanki wody

Wodę zagotować. Rozpuścić w niej miód i cukier, ostudzić. Porzeczki dokładnie wyplukać na sicie, osączyć, obrać z szypułek i przetrzeć przez sito lub przecieraczkę. Wymieszać z ostudzonym syropem, zamieszać. Przełać do dzbanka, ostudzić. Podawać w szklankach.

Uwaga!

Można też — zamiast wody przegotowanej — użyć wody mineralnej. Miód i cukier rozpuścić w małej ilości przegotowanej, gorącej wody, przestudzić i połączyć z przecierem z porzeczek i wodą mineralną.

NAPÓJ Z CZERWONYCH PORZECZEK

25—30 dag czerwonych porzeczek, ok. 1/2 szklanki cukru, 3—4 szklanki wody

Wodę zagotować. Z części wody i cukru ugotować syrop i przestudzić. Owoce opłukać na sicie pod bieżącą wodą, osączyć, obrać z szypułek, zmiażdżyć, zalać przegotowaną ostudzoną wodą i pozostawić w chłodnym miejscu ok. 2 godz. Następnie sok odcedzić, połączyć z syropem, wymieszać, przełać do szklanego dzbanka. Podawać w szklankach.

Uwaga!

Można też porzeczki przetrzeć przez sito lub przecieraczkę i połączyć z syropem. Pozostałą miazgę zagotować z niewielką ilością wody, odcedzić, dodać do przecieru i wymieszać. Uzyskuje się wówczas napój nieklarowny.

NAPÓJ Z PORZECZEK I POMIDORÓW

15 dag czerwonych porzeczek, 50 dag dojrzałych pomidorów lub 1 szklanka soku pomidorowego, 2—3 szklanki przegotowanej wody, cukier

Umyte pomidory zmiążyć, zalać częścią wody i przetrzeć przez sito. Porzeczki opłukać, obrać z szypułek, przetrzeć przez przecieraczkę lub sito, przelać przegotowaną wodą, odcisnąć. Sok z pomidorów i porzeczek połączyć, posłodzić do smaku. Oziębiony rozlać do szklanek.

Uwaga!

Napój można sporządzić przy użyciu sokowirówki. Pomidory do napoju można też przetrzeć po rozgotowaniu.

NAPÓJ LETNI MIESZANY

40 dag czerwonych i czarnych porzeczek, malin i agrestu, 5 szklanek wody, cukier

Wodę zagotować. Owoce przebrać, usunąć szypułki, dokładnie opłukać na sicie, zalać wrzącą wodą, zagotować i odcedzić na sicie lekko odciskając. Posłodzić do smaku, mocno oziębnić i przelać do szklanego dzbanka. Podawać w szklankach, ewentualnie z kostkami lodu.

NAPÓJ Z PORZECZEK I MARCHWI

50 dag marchwi (3—5 sztuk), 25 dag czerwonych lub białych porzeczek, 3—4 szklanki wody, cukier

Wodę zagotować. Marchew umyć, zetrzeć na drobnej tarce, zalać większą częścią wrzącej wody, wymieszać i odcedzić sok, dokładnie odciskając miążgę. Porzeczkę obrać z szypułek, zmiażdżyć, zalać przegotowaną wodą, zamieszać, przetrzeć przez sito, przelać wodą, odcisnąć. Przecier z porzeczek połączyć z sokiem z marchwi, posłodzić do smaku. Silnie oziębic i przelać do szklanego dzbanka. Podawać w szklankach.

Uwaga!

Napój można uzyskać o wiele szybciej przy zastosowaniu sokowirówki.

NAPÓJ Z SERWATKI I PORZECZEK LUB MALIN

2 szklanki świeżej serwatki, 30 dag czerwonych porzeczek lub malin, 2 szklanki wody, cukier

Owoce przebrać, opłukać na sicie i usunąć szypułki. Zmiażdżyć, odcisnąć sok używając gazy lub przecierając owoce przez sitko albo przy pomocy sokowirówki. Połączyć sok z przegotowaną serwatką. Miążgę z owoców zalać gorącą wodą, zagotować, przetrzeć przez sitko lub przecieraczkę i połączyć z uzyskanym sokiem i serwatką. Osłodzić do smaku, oziębic, przelać do dzbanka i podawać w szklankach.

KWAS PORZECZKOWY FERMENTOWANY

40—50 dag czerwonych lub białych porzeczek, 15—20 dag cukru, 2 l wody, 1—2 dag drożdży, 2—4 goździki

Porzeczkę opłukać, usunąć szypułki, zmiażdżyć, zalać wodą z dodatkiem goździków i zagotować. Przecedzić,

odcisnąć, dodać do wywaru cukier i ostudzić. Dodać rozmieszane w niewielkiej ilości przegotowanej, ostudzonej wody drożdże i pozostawić w słoju lub kamiennym garnku na ok. 24 godz. w temperaturze pokojowej. Gdy napój sfermentuje, zlać go do butelek, zamknąć hermetycznie i pozostawić w chłodnym miejscu. Zużyć w ciągu kilku dni, gdyż zbyt długo przetrzymywany staje się bardzo kwaśny.

COCKTAIL PORZECZKOWY

1/2 szklanki śmietanki (10%), 1/4 szklanki słodzonego soku z czerwonych porzeczek, 1/4 szklanki czystej wódki, kilka małych kawałeczków lodu konsumpcyjnego

Śmietankę zagotować, oziębic i przelać do szklanego dzbanka. Sok porzeczkowy połączyć z wódką i wlewać powoli do śmietanki stale mieszając. Do pucharków włożyć kawałeczki lodu i nalewać ochłodzony napój. Można podawać ze słomkami.

NAPÓJ Z MALIN

40 dag malin, 2—3 szklanki wody, cukier

Wodę zagotować i przestudzić. Maliny przebrać, przelać wodą na sicie. Część owoców zmiażdżyć, resztę nieuszkodzonych pozostawić w całości. Zmiażdżone maliny zalać ciepłą, przegotowaną wodą i pozostawić na kilkanaście minut. Następnie wymieszać, aby jak najwięcej soku przeszło do wody, odcisnąć na sicie, przelać niewielką ilością przegotowanej wody. Zlać do szklanego

dzbanka, posłodzić do smaku, wrzucić całe owoce. Oziębiony napój podawać w szklankach.

NAPÓJ Z MALIN I MIODU Z WODĄ MINERALNĄ

40 dag malin, 2 szklanki wody mineralnej, 1 szklanka wody przegotowanej, 3 łyżki miodu, cukier

Wodę zagotować. Maliny przebrać, umyć pod bieżącą wodą na sicie. Usunąć szypułki, zmiażdżyć, zalać przegotowaną, ciepłą wodą, zamieszać, pozostawić na kilkanaście minut. Odcisnąć na sicie, przelać niewielką ilością przegotowanej wody i znów odcisnąć. Sok wymieszać z miodem i ewentualnie dosłodzić cukrem. Silnie oziębic, przelać do szklanego dzbanka. Bezpośrednio przed podaniem w szklankach wymieszać z wodą mineralną gazowaną.

Uwaga!

Napój można uzyskać również w sokowirówce lub też rozgotować owoce i przetrzeć przez sito.

NAPÓJ Z MALIN LUB PORZECZEK I MIĘTY

30 dag malin albo czerwonych lub białych porzeczek, 2 łyżki mięty pieprzowej lub 1 porcja mięty suchej (ekspresowej), 4—5 szklanek wody, cukier

Wodę zagotować. Świeżą miętę dokładnie opłukać, zalać 2 szklankami wrzącej wody i zaparzyć pod przykryciem, doprowadzając do lekkiego zawrzenia. Odstawić na kilka minut, odcedzić. Owoce przebrać, usunąć szypułki, zmiażdżyć i zalać gorącą wodą. Pozostawić na kilkanaście minut, a następnie lekko odcisnąć sok przez sito.

Połączyć sok z naparem z mięty, osłodzić do smaku. Napój powinien być klarowny. Przełać go do dzbanka i podawać w szklankach.

NAPÓJ MLECZNO-PORZECZKOWY

2 szklanki mleka, 30 dag porzeczek, 1 szklanka wody, cukier

Mleko zagotować i ostudzić. Wodę zagotować. Porzeczki przebrać, oplotkać na sicie, usunąć szypułki, zmiażdżyć, zalać przegotowaną, gorącą wodą, odcisnąć sok lub przetrzeć maliny przez sito albo przecieraczkę. Użyty sok połączyć z przegotowanym, ostudzonym mlekiem, postodzić do smaku, przełać do dzbanka. Schłodzony napój podawać w szklankach, zaraz po sporządzeniu.

Uwaga!

Napój można także przyrządzić przy użyciu miksera.

NAPÓJ Z KWAŚNEGO MLEKA LUB KEFIRU I MALIN

4 szklanki zsiadłego mleka lub kefiru, 40—50 dag malin, cukier

Maliny przebrać, delikatnie oplotkać na sicie, osączyć, 1/3 część owoców najmniej uszkodzonych pozostawić w całości, pozostałe przetrzeć przez sito. Mleko roztrząpać trzepaczką i dodać przecier lub zmiksować owoce razem z mlekiem. Dodać cukru do smaku. Napój przełać do dzbanka, dodać całe owoce, wymieszać delikatnie, ochłodzić. Podawać w szklankach zaraz po przyrządzeniu. Jako dodatek — drobne ciasteczka.

NAPÓJ MLECZNO-MALINOWY Z ŻÓŁTKIEM

3 szklanki mleka, 30 dag malin, 6—7 dag cukru pudru, 1 żółtko

Mleko zagotować i oziębic. Maliny przebrać, opłukać delikatnie na sicie, przelewając bieżącą wodą, osączyć. Owoce przetrzeć przez sito lub przecieraczkę, roztrześć z mlekiem, dodając cukier i żółtko. Schłodzić, przelać do szklanego naczynia i zaraz podawać w szklankach.

Uwaga!

Napój można też przygotować, mieszając wszystkie składniki przy użyciu miksera.

NAPÓJ MLECZNO-OWOCOWY Z TWAROŻKIEM

2—3 szklanki kwaśnego mleka lub jogurtu, 30—40 dag malin lub porzeczek, 4 łyżki świeżego twarożku, 1 żółtko, 2—3 łyżki cukru

Owoce przebrać, opłukać na sicie, osączyć, usunąć szypułki. Żółtko z cukrem ubić mikserem, dodać twaróg, owoce i mleko i razem dokładnie roztrześć. Gotowy napój przelać do dzbanka, oziębic i zaraz podawać w szklankach.

NAPÓJ ZE ŚMIETANKI I MALIN

3 szklanki śmietanki słodkiej (10%), 40 dag malin, cukier puder, lód konsumpcyjny

Śmietankę zagotować i oziębic. Maliny przebrać, ostrożnie opłukać na sicie pod bieżącą wodą, osączyć, prze-

trzeć przez sito. Do przecieru dodać cukier puder. Śmietankę połączyć z przecierem malinowym, wymieszać. Do szklanego dzbanka włożyć kostki lodu konsumpcyjnego, wlać napój i po krótkim czasie podawać do spożycia rozlewając do szklanek.

Uwaga!

Pozostały przecier można zużyć do innych napojów po zagotowaniu z wodą.

NAPÓJ Z MLEKA I SOKU MALINOWEGO

3—4 szklanki mleka, ok. 1 szklanki soku malinowego słodzonego, cukier

Mleko zagotować, oziębic, dodać sok malinowy, dosłodzić do smaku, dokładnie wymieszać. Napój przelać do szklanego dzbanka i od razu podawać nalewając do szklanek.

NAPÓJ Z AGRESTU ZIELONEGO I RENKLÓD

30 dag agrestu, 5—8 sztuk dojrzałych renklód, 4—5 łyżek cukru, 3—4 szklanki wody

Wodę zagotować z cukrem. Owoce umyć, osączyć, usunąć szypułki. Renklody wydrylować. Oczyszczone owoce zmiażdżyć, zalać ciepłym syropem, zamieszać i pozostawić na ok. 1 godz. Odcedzić, lekko odcisnąć na sicie. Sok można dodatkowo doprawić miodem. Napój oziębic, przelać do dzbanka. Podawać w szklankach.

Uwaga!

Pozostałą na sicie miazgę można zalać niewielką ilością

wody, zagotować, dosłodzić, uzyskując przecier, który można zużyć na nieklarowny napój.

NAPÓJ Z SUSZONYCH MALIN LUB CZARNYCH PORZECZEK

5 dag (4—5 łyżek) suszonych malin lub porzeczek, 4 szklanki wody, cukier lub miód

Suszone owoce opłukać, zalać w rondlu wrzącą wodą i trzymać pod przykryciem 1—2 godz. Następnie przecedzić, osłodzić do smaku cukrem lub miodem, przelać do dzbanka. Napój podawać na zimno lub podgrzany.

COCKTAIL MALINOWY

1/2 szklanki śmietanki (10%), 1/4 szklanki soku malinowego słodzonego, 1/4 szklanki koniaku, 1/4 szklanki lodu konsumpcyjnego

Śmietankę zagotować, oziębic i wlać do szklanego dzbanka. Sok malinowy i koniak wlać powoli do śmietanki stale mieszając. Cocktail oziębic, dodając kostki lodu do dzbanka lub bezpośrednio do pucharków. Na lód nalewać cocktail. Pić ewentualnie przez słomkę.

KRUSZON Z OWOCAMI

15—20 dag malin lub porzeczek, 1/4 szklanki wina owocowego słodkiego, 1/2 szklanki wody sodowej lub mineralnej, 1/4 szklanki czystej wódki, 2 łyżki cukru, skórka z 1/4 cytryny, 1/4 szklanki lodu konsumpcyjnego

Owoce przebrać, opłukać delikatnie na sicie, osączyć. Z cukru i 2 łyżek wody sporządzić syrop, ostudzić. Do szklanego dzbanka włożyć rozdrobniony lód, na nim położyć owoce, zalać syropem, wlać wino, wodę sodową, wódkę oraz skórkę otartą z cytryny. Kruszon zaraz po przygotowaniu nalewać z dzbanka do szklaneczek.

NAPÓJ Z AGRESTU ZIEŁONEGO

30—40 dag agrestu zielonego, 3—4 łyżki cukru lub 2—3 łyżki miodu, 3 szklanki wody

Zagotować wodę. W niewielkiej jej części rozpuścić cukier lub miód. Agrest umyć, osączyć, usunąć szypułki i zmiażdżyć. Miazgę zalać przegotowaną wodą, wymieszać, pozostawić na krótko i przecedzić, lekko odciskając. Przecedzony sok połączyć z syropem. Ostudzony napój przelać do szklanego dzbanka. Podawać w szklankach.

Uwaga!

Napój z agrestu można także przygotować po rozgotowaniu owoców, przetarciu przez sito lub przecieraczkę i posłodzeniu. Jest wówczas bardzo smaczny, ale nieklarowny.





WYPIEKI

BISZKOPT Z PORZECZKAMI, MALINAMI LUB AGRESTEM

Ciasto: 4 jajka, 1 szklanka mąki, 3/4 szklanki cukru, szczypta proszku do pieczenia, 1 porcja cukru wanilinowego, kilka kropli zapachu cytrynowego lub pomarańczowego, margaryna i bułka tarta do formy, 3/4 szklanki śmietany, 1 łyżka cukru pudru;

Nadzienie: 25 dag porzeczek, malin lub agrestu

Owoce przebrać, opłukać, osączyć na sicie i usunąć szypułki. Białka ubić na sztywną pianę, dosypując partiami cukier. Dodać rozmieszane z 2 łyżkami śmietany żółtka na przemian z przesianą i wymieszaną z proszkiem do pieczenia mąką. Dodać zapachy, ostrożnie wymieszać, włożyć do tortownicy lub blachy wysmarowanej margaryną i wysypanej tartą bułką. Na ciasto wyłożyć owoce i wstawić do średnio nagrzanego piekarnika na ok. 40 min. Upieczony biszkopt okrajać nożem i lekko przestudzony przełożyć na szklany, płaski talerz. Podawać z ubitą z cukrem śmietaną lub posypyany cukrem pudrem.

PLACEK UCIERANY Z PORZECZKAMI CZARNYMI ŚWIEŻYMI LUB MROŻONYMI

Ciasto: 2 szklanki mąki pszennej, 3/4 szklanki mąki ziemniaczanej, 15 dag cukru, 15 dag margaryny, 2 jajka, 1/2 szklanki mleka, 1 porcja proszku do pieczenia, 1 porcja cukru wanilinowego lub 1/2 porcji olejku cytrynowego, cukier puder do posypania ciasta, tłuszcz i bułka tarta do formy;

Nadzenie: 50—70 dag czarnych porzeczek świeżych lub mrożonych

Owoce opłukać, dokładnie osączyć na sicie i usunąć szypułki. Margarynę utrzeć z cukrem i żółtkami, białka ubić na sztywną pianę. Przesianą mąkę pszenną wymieszać z mąką ziemniaczaną i proszkiem do pieczenia, dodać do utartego tłuszczu i żółtek. Następnie dodawać porcjami mleko oraz zapachy. Utrzeć, dodać pianę z białek i ostrożnie wymieszać. Ciasto włożyć do wysmarowanej tłuszczem i wysypanej tartą bułką formy, wyrównać powierzchnię, ułożyć owoce i wstawić do dobrze nagrzanego piekarnika. Po upieczeniu przestudzić, posypać suto cukrem pudrem i wyciorować.

Uwaga!

Można też przyrządzić placek, nakrywając owoce warstwą ciasta.

KRUCHE CIASTECZKA Z MARMOLADĄ

Ciasto: 30 dag mąki, 20 dag margaryny lub masła, 10 dag cukru pudru, 3 żółtka ugotowane na twardo, cukier wanilinowy;

Nadzenie: 30 dag marmolady lub galaretki z malin, agrestu albo porzeczek, 2 łyżki cukru pudru do posypania

Do przesianej na stolnicę mąki dodać margarynę, połączyć ją z mąką, rozgniatając dłonią lub siekając nożem,

dodać przetarte przez perlonowe sito żółtka oraz cukier puder. Zagnieść ciasto i pozostawić w chłodnym miejscu do oziębienia. Blachy posmarować lekko margaryną i posypać małą ilością mąki. Oziębione ciasto rozwałkować na grubość ok. 1/2 cm i wykrawać krążki małą okrągłą foremką lub kieliszkiem. Układać je nożem na blasze i piec w dobrze nagrzanym piekarniku na jasnożółty kolor. Ciasteczka po ostudzeniu smarować marmoladą lub galaretką i zlepiać po dwa. Przełożone układać na tacy — jedno obok drugiego — posypać przez sitko cukrem pudrem i ułożyć starannie na szklanej paterze.

Uwaga!

Jeżeli całej ilości upieczonych ciasteczek nie zje się jednorazowo, można je pozostawić nie przełożone marmoladą i zrobić to przed podaniem.

KRUCHE BABECZKI Z MALINAMI, AGRESTEM LUB PORZECZKAMI I BITĄ SMIETANĄ

Ciasto: 1 1/2 szklanki mąki, 5—7 łyżek margaryny, 3 łyżki cukru pudru, 3—4 żółtka;

Nadzienienie: 30 dag owoców, 1 szklanka śmietanki kremowej, 2—3 łyżki cukru pudru, 1 porcja cukru wanilinowego, masło lub margaryna do foremek

Margarynę połączyć z mąką, rozgniatając tłuszcz dłonią lub siekając nożem. Dodać cukier puder i żółtka, zagnieść ciasto i postawić w chłodnym miejscu do oziębienia. Foremki na babeczki wysmarować lekko tłuszczem (najlepiej pędzelkiem lub tamponem z waty). Ciasto rozwałkować na grubość 1/2 cm, przenieść zwinięte na wałku i przykryć nim — rozwijając z wałka — ustawione obok siebie foremki. Przycisnąć palcami i wylepić delikatnie foremki ciastem. Ustawić je na blasze i upiec w dobrze

nagrzanym piekarniku na jasnożółty kolor. Po lekkim ostudzeniu wyjąć babeczki z foremek. Dojrzałe maliny przebrać, opłukać, osączyć, usunąć szypułki. Schłodzoną śmietankę ubić z cukrem i cukrem wanilinowym, dodać część malin (pozostawiając całe dorodne owoce do przybrania), ostrożnie wymieszać. Wystudzone babeczki napełniać bitą śmietaną z owocami bezpośrednio przed podaniem. Przybrać na wierzchu całymi, nie uszkodzonymi owocami.

Uwaga!

Zamiast ubijania śmietanki, można użyć gotowej bitej śmietany, którą miesza się z owocami. Można też — zamiast surowych owoców — wziąć owoce smażone w cukrze.

ROLADA BISZKOPTOWA Z NADZIENIEM MALINOWYM

Ciasto: 4 żółtka, 6 białek, 12 dag cukru, 8 dag mąki, 1/2 łyżki niskoprocentowego octu, tłuszcz do formy;

Nadzienie: 20 dag niezbyt gęstej marmolady malinowej lub porzeczkowej, 1 łyżka cukru pudru do posypania rolady

Szeroką blachę o trzech niskich brzegach wyłożyć papierem, najlepiej pergaminowym, wysmarować masłem lub margaryną. Żółtka utrzeć z cukrem na gładką masę z dodatkiem małej ilości octu, białka ubić na sztywną pianę. Ubitą pianę, na przemian z przesianą mąką, połączyć z utartymi żółtkami, ostrożnie mieszając. Puszystą masę rozłożyć równomiernie na przygotowanej blasze dość cienką warstwą (1 1/2—2 cm), wstawić na ok. 20 min do średnio nagrzanego piekarnika i upiec, lekko rumieniąc powierzchnię. Gorące ciasto zsunąć z blachy na stolnicę razem z papierem, zdjąć papier i od razu

ciepły biszkopt równomiernie posmarować starannie roz-
tartą marmoladą. Zwinąć ciasto w rulon, owinąć czystą
ściereczką lub serwetką, pozostawić do ostygnięcia. Po
ostygnięciu odwinąć ze ściereczki, posypać przez sitko
cukrem pudrem, wyporcjować ostrym, szerokim nożem,
krając skośne plastry. Układać je dekoracyjnie na szklanej
paterze.

Uwaga!

Do rolady można podać w osobnym naczyniu bitą śmie-
tankę lub słodki sos.

ROGALIKI KRUCHE Z MARMOLADĄ

Ciasto: 40 dag mąki, 20 dag margaryny lub masła, 10 dag cukru
pudru, 2 żółtka, porcja cukru wanilinowego, ewentualnie 2 łyżki
śmietany;

Nadzienie: 20 dag marmolady malinowej lub agrestowej, 1 jajko,
2 łyżki cukru kryształ (rafinady) do posypania rogalików

Do przesianej na stolnicę mąki dodać margarynę, połą-
czyć ją z mąką, rozgniatając dłonią lub siekając nożem.
Dodać żółtka i ewentualnie śmietanę, cukier puder i cu-
kier wanilinowy. Zagnieść ciasto i pozostawić do schł-
dzenia. Rozwałkować na placki o grubości ok. 1 cm,
pokrajać na szerokie pasy, a następnie — na niewielkie
trójkąty. Posmarować je marmoladą i zwijać w rogaliki,
zaczynając od podstawy. W kubeczku lekko roztrzepać
jajko. Uformowane rogaliki posmarować roztrzepanym
jajkiem, posypać cukrem kryształem i układać na posmaro-
wanej tłuszczem i lekko posypanej mąką blasze. Wstawić
do nagrzanego piekarnika i piec ok. 20 min na jasnożółty
kolor.

TORT BISZKOPTOWY Z MASĄ OWOCOWĄ

Ciasto: 7 jajek, 21 dag cukru, 17 dag mąki, tłuszcz i bułka tarta do formy;

Masa: 20 dag masła lub masła roślinnego, 2 jajka, 15 dag cukru, 20—30 dag malin lub porzeczek

Żółtka utrzeć w misce z cukrem na gęstą, puszystą i gładką masę. Białka ubić na sztywną pianę. Do utartych żółtek dodawać na przemian mąkę i pianę lekko mieszając. Wyłożyć do wysmarowanej tłuszczem i wysypanej tartą bułką tortownicy, wstawić do średnio nagrzanego piekarnika i upiec na jasnozłoty kolor. Lekko przestudzony biszkopt oddzielić nożem od brzegów i wyjąć z formy. Przygotować masę. Tłuszcz utrzeć na gładko. Jajka z cukrem ubijać trzepaczką na parze (ustawiając miskę na szerszym rondlu z wrzącą wodą), aż masa będzie jednolita i pulchna. Następnie dodawać stopniowo ciepłą masę z jajek do utartego tłuszczu, stale mieszając. Maliny przebrać, oddzielając część całych, nieuszkodzonych owoców do przybrania, resztę połączyć z przygotowaną masą. Wystudzony biszkopt przekrajać szerokim, ostrym nożem w poprzek na 3 krążki. Układać je na płaskim talerzu lub paterze jeden na drugim i smarować masą. Po ułożeniu ostatniego tort lekko przycisnąć, posmarować wierzch i boki pozostałą masą, przybrać owocami i po lekkim oziębieniu wyciąć ostrym nożem. Podawać do kawy, herbaty lub z innymi napojami.

Uwaga!

Ciasto biszkoptowe można także przygotować w inny sposób: po oddzieleniu żółtek białka ubić z całą ilością cukru na sztywną pianę (początkowo ubijać bez cukru), rozmącone żółtka połączyć z ubitą pianą, a następnie otrzymaną masę ostrożnie wymieszać z przesianą mąką. Placki biszkoptowe można — przed ich posmarowaniem

kremem — nasączyć przegotowaną, zimną wodą z sokiem owocowym.

TORT MALINOWY LUB PORZECZKOWY Z BISZKOPTAMI I

7 żółtek, 15 dag cukru pudru, 3/4 szklanki słodkiej śmietanki kremowej (18%), 1 porcja cukru wanilinowego, 25—30 dag masła lub masła roślinnego, 30—40 dag podłużnych biszkoptów, ok. 1 kg świeżych malin lub porzeczek

Żółtka utrzeć z cukrem pudrem na puszystą masę. Śmietankę zagotować z cukrem wanilinowym i wlewać stopniowo do utartych żółtek mieszając. Przebrać do garnka i ogrzewać na słabym ogniu mieszając, a następnie przestudzić. Masło rozetrzeć wałkiem w dużej misce i dodawać stopniowo żółtka ze śmietanką stale mieszając, aż obie masy dobrze się połączą. Owoce przebrać, usuwając nadpsute, przepłukać na sicie, dokładnie osączyć. Tortownicę lub szklane naczynie, np. kompotierę, wyłożyć biszkoptami i układać warstwami: owoce, masę i biszkopty. Tort przybrać owocami i oziębic w lodówce.

TORT MALINOWY LUB PORZECZKOWY Z BISZKOPTAMI II

25 dag masła lub masła roślinnego, 25 dag cukru pudru, 1 porcja cukru wanilinowego, skórka otarta z cytryny, ok. 60 dag dojrzałych malin lub porzeczek, 5—10 dag łuskanych orzechów, 40 dag podłużnych biszkoptów

Masło utrzeć z cukrem pudrem na puszystą masę, dodać opłukane i dokładnie osączone owoce (pozostawić część

całych owoców do przybrania) oraz zmiążdżone orzechy i rozetrzeć. Na okrągłej paterze lub w szklanej kompotierze ułożyć na dnie część biszkoptów, nałożyć część masy, a następnie warstwę biszkoptów. Przykryć je pozostałą masą, przybrać owocami, mniejszymi biszkoptami i pokruszonymi orzechami. Tort podawać zaraz po przyrządzeniu, lekko ostudzony.

TORT Z WAFLEI Z NADZIENIEM AGRESTOWYM LUB MALINOWYM

Ok. 50 dag agrestu lub malin, 25 dag cukru, 5—10 dag smażonej skórki pomarańczowej, 10 dag włoskich orzechów łuskanych, 1 szklanka bitej śmietanki, 1 opakowanie wafli

Agrest przebrać, umyć, osączyć, usunąć szypułki, wymieszać z cukrem i usmażyć na niezbyt silnym ogniu na gęstą, nie rozlewającą się masę. Dodać drobno pokrajaną skórkę pomarańczową i posiekane lub rozarte orzechy. Zimną masę połączyć z bitą śmietanką i przekładać nią wafle. Po przełożeniu tort lekko obciążyć deseczką i pozostawić w chłodnym miejscu do stężenia.

Uwaga!

Tort można także przed porcjowaniem polukrować.

TORT BEZOWO-OWOCOWY

20 dag masła lub masła roślinnego, 10 dag cukru kryształ, 13 dag cukru pudru, 2 szklanki mleka, 4 dag mąki ziemniaczanej, 1 porcja cukru wanilinowego, 10 dag skórki pomarańczowej smażonej, 25 dag malin, 15 dag poziomek, 10 dag orzechów włoskich łuskanych, 40 dag drobnych bezów

Z mleka, cukru kryształu oraz mąki ziemniaczanej ugotować kisiel, dodać cukier wanilinowy i roztrzepać starannie trzepaczką. Masło ucierać w misce, dodając stopniowo ciepły, ale nie gorący, kisiel oraz cukier puder, stale ucierając do uzyskania jednolitej, pulchnej masy. Dodać pokrajaną skórkę pomarańczową, umyte i dobrze osączone owoce (część pozostawić do przybrania) oraz posiekane orzechy i lekko wymieszać. Bezy ułożyć na szklanej paterze lub płaskim półmisku, nałożyć warstwę masy i dalej układać na przemian: bezy i masę. Wierzch przykryć masą, przybrać mniejszymi bezikami i całymi owocami, posypać posiekanymi orzechami oraz skórką pomarańczową smażoną. Gotowy tort wstawić do lodówki na najniższą półkę, aby zastygł.

CIASTO KRUCHE Z AGRESTEM I KREMEM

Ciasto: 50 dag mąki, 25 dag margaryny, 1—2 żółtka, 15 dag cukru pudru, tłuszcz do formy;

Nadzienie: 50 dag agrestu nie całkowicie dojrzałego, 15 dag poziomek, 35 dag gruszek świeżych lub z kompotu;

Krem: 15 dag masła lub masła roślinnego, 15 dag cukru, 1 szklanka mleka, 2 dag mąki ziemniaczanej, 4 żółtka, 5 dag smażonej skórki pomarańczowej, 5 dag orzechów łuskanych, 1 porcja cukru wanilinowego

Do przesianej na stolnicę mąki włożyć tłuszcz, połączyć rozcierając go dłonią, dodać żółtka, cukier puder, zagnieść ciasto i pozostawić w chłodnym miejscu do oziębienia. Owoce przebrać, opłukać, dobrze osączyć, gruszki osączyć z zalewy. Oziębione ciasto rozwałkować (można na arkusiku pergaminu wielkości blachy do pieczenia) i przenieść na wałku na natłuszczoną blachę, odwijając z wałka i zdejmując pergamin. Nakłuć je w kilku miejscach, wstawić do nagrzanego piekarnika, podpiec nie rumieniąc. Wyjąć, na podpieczony spód ułożyć owoce

i powtórnie wstawić do piekarnika. Gotowe ciasto oddzielić nożem od brzegów i po przestygnięciu zsunąć na deseczkę. Przygotować krem. Zagotować mleko. Żółtka utrzeć z cukrem, dodając pod koniec mąkę ziemniaczaną. Dolewać stopniowo gorące mleko, stale ubijając i podgrzewając na słabym ogniu, w celu lekkiego zagęszczenia. Odstawić, następnie nie całkiem schłodzoną masę połączyć z utartym na pianę masłem, stale mieszając. Dodać drobno pokrajaną skórkę pomarańczową smażoną i posiekane orzechy włoskie. Na wystudzone ciasto wyszprycować lub dekoracyjnie ułożyć przygotowany krem. Wyporcjować ostrym i szerokim nożem, układając porcje na szklanym półmisku lub paterze.

PLACEK DROŹDZOWY — PRZEKŁADANIEC

Ciasto: 60 dag mąki, 4 żółtka, 1 jajko, 15—20 dag cukru, 8 dag drożdży, 15 dag margaryny, ok. 1/2 szklanki mleka, 1 porcja cukru wanilinowego, skórka otarta z cytryny lub zapach cytrynowy, sól, tłuszcz do formy;

Przełożenie: ok. 50 dag osączonych gęstych konfitur agrestowych, 30—40 dag bakalii (rodzynki, daktyle, figi, smażona skórka pomarańczowa, orzechy włoskie łuskane), 2 białka, 5 dag cukru kryształ, 1 łyżka cukru rafinady, 1 rozmącone jajko

Przygotować rozczyn z drożdży, rozartych z niewielką ilością ciepłego mleka oraz szczyptą cukru i mąki. Pozostawić do wyrośnięcia. Całe jajko i żółtka utrzeć z cukrem na puszystą masę, dodać wyrośnięty rozczyn, przesianą mąkę, ciepłe mleko, posolić i wyrobić ciasto. Pod koniec dodać stopioną ciepłą margarynę, zapach cytrynowy i cukier wanilinowy. Gdy ciasto lekko odstaje od dłoni, postawić je do wyrośnięcia w ciepłym miejscu. Konfitury lub owoce smażone o gęstej konsystencji dokładnie osączyć i jeśli trzeba, wstawić na krótko w szerokim,

płaskim rondlu do gorącego piekarnika, aby nieco je osuszyć. Przygotować bakalie: rodzynki i figi umyć, z daktyli usunąć pestki, skórkę pomarańczową smażoną osączyć z syropu. Figi, daktyle i skórkę pomarańczową pokrajać w paseczki lub kostkę, orzechy posiekać lub zmiążdżyć. Białka ubić z cukrem na sztywną pianę (jak na bezy), wymieszać z bakaliami. Blachę wysmarować tłuszczem, lekko posypać mąką. Dobrze wyrośnięte ciasto podzielić na 3 części. Na dnie blachy położyć jedną część, rozciągając równomiernie, wyłożyć przygotowane konfitury, wyrównać, przykryć następnym plackiem, rozłożyć na nim równomiernie bakalie wymieszane z pianą, przykryć pozostałą częścią ciasta i postawić w ciepłym miejscu do lekkiego wyrośnięcia. Przed wstawieniem do piekarnika ciasto posmarować rozmąconym jajkiem, nakłuć w kilku miejscach widelcem, posypać cukrem rafinadą i piec w dobrze nagrzanym (ale nie za gorącym) piekarniku ponad 1 godz., sprawdzając stopień upieczenia patyczkiem; gdy ciasto nie oblepia się na wyciągniętym z placka patyczku, wyjąć je z piekarnika. Oddzielić od brzegów nożem i wysunąć z formy na deskę po lekkim ostudzeniu. Po całkowitym wystudzeniu porcjować, układając na szklanym lub kryształowym półmisku.

Uwaga!

Przekładaniec w niektórych rejonach kraju jest tradycyjnym ciastem na Wielkanoc.

MAZUREK Z POLEWĄ AGRESTOWĄ

Ciasto: 12 dag mąki, 12 dag masła lub margaryny, 12 dag cukru pudru, 1 żółtko, ewentualnie 1—2 łyżki gęstej śmietany, tłuszcz do formy;

Polewa: 30—40 dag konfitur z zielonego agrestu

Tłuszcz połączyć z mąką rozgniatając dłonią lub siekając szerokim nożem. Dodać cukier puder, żółtko, ewentualnie trochę gęstej śmietany. Zagnieść ciasto i pozostawić w chłodnym miejscu, aż stężeje. Konfitury przełożyć do rondelka, rozpuścić i ewentualnie lekko zagęścić lub podsuszyć w piekarniku, aby się nie rozlewały. Tortownicę lub prostokątną blachę wysmarować tłuszczem i posypać lekko mąką. Oziębione ciasto rozwałkować na stolnicy, nadając mu kształt formy, w której będzie upieczone, i przenieść zwinięte na oprószonym mąką wałku na blachę, wykładając ciastem również niskie brzegi. Ciasto wstawić do nagrzanego piekarnika i upiec na jasnozłoty kolor. Po lekkim ostudzeniu wyjąć je z formy na deskę i wylać gorącą masę agrestową. Ostrożnie rozsmarować, wyrównując powierzchnię, zastudzić. Mazurek można posypać posiekanymi migdałami lub orzechami; można także przed podaniem udekorować go (za pomocą szprycy) bitą śmietaną lub kremem. Podawać na szklanej paterze.

PLACEK DROŹDŹOWY Z AGRESTEM LUB CZERWONYMI PORZECZKAMI

Ciasto: 1 1/2 szklanki mąki, 1/2 łyżki drożdży, 4 łyżki cukru, 1 szklanka mleka, 2 jajka, 2 łyżki masła lub margaryny, skórka otarta z cytryny, 1 porcja cukru wanilinowego, sól, 1/2 jajka do posmarowania ciasta, 2 łyżki cukru pudru do posypania ciasta, tłuszcz do blachy;

Nadzienie: 35 dag niezupelnie dojrzałego agrestu lub czarnych porzeczek

Z drożdży i niewielkiej ilości mleka oraz szczypty cukru i mąki przygotować rozczyń i pozostawić do wyrośnięcia. Jajka utrzeć z cukrem, dodać do nich wyrośnięty rozczyń, przesianą mąkę i mleko. Wyrobić ciasto, pod koniec do-

dać stopiony tłuszcz, skórkę otartą z cytryny i cukier wanilinowy. Wyrobione ciasto pozostawić do wyrośnięcia. Owoce umyć, odsączyć, usunąć szypułki. Błachę wysmarować tłuszczem, wyłożyć ciasto, wygładzić powierzchnię i posmarować rozbitym jajkiem. Ułożyć agrest, lekko przyciskając. Odstawić do powtórnego wyrośnięcia. Wstawić do gorącego piekarnika na 35—40 min. Upieczony placek przestudzić, posypać cukrem pudrem, wyporcjować i podać na szklanym półmisku.





PRZETWORY

CZARNE, CZERWONE LUB BIAŁE PORZECZKI WE WŁASNYM SOKU

Porzeczki dokładnie opłukać i osączyć na sicie, usunąć pozostałe szypułki i podgrzać w rondlu do temperatury ok. 60°C, aby puściły sok. Nałożyć gorące do wyparzonych weków, twistów lub butelek, lekko ugniatając. Napełnione naczynia zamknąć (pozostawić 2—3 cm wolnej przestrzeni od brzegów) i pasteryzować.

Uwaga!

Porzeczki we własnym soku można stosować do sporządzania napojów, zup, słodkich sosów, do nadziewania pierożków, do deserów itp. Czerwone porzeczki po lekkim zagęszczeniu, połączone z gruszkami lub jabłkami i dosłodzone do smaku, można stosować jako dodatek do dań mięsnych, podobnie jak borówki.

PRZECIER Z PORZECZEK LUB MALIN

Owoce przebrać, opłukać i osączyć na sicie. Usunąć pozostałe szypułki, zalać w rondlu małą ilością wrzącej wody, zagotować i przetrzeć przez sito. Pozostałą na sicie miążgę po przegotowaniu z wodą można zużyć na napój. Dodać cukru do smaku, wymieszać i zaraz napełnić weki lub twisty. Naczynia zamknąć, wstawić do kociołka i pasteryzować 20—25 min, licząc czas od chwili lekkiego zawrzenia wody w kociołku.

Uwaga!

Przecieru można użyć do napojów, zup, kisielei, słodkich sosów i jako dodatek do deserów z kasz i mąki. Przecier z malin ma właściwości lecznicze, jest stosowany jako środek napotny i polecany przy przeziębieniu. Dodaje się go do herbaty, wody przegotowanej lub mineralnej.

PRZECIER Z CZERWONYCH PORZECZEK I JABŁEK

50 dag dojrzałych jabłek, 50 dag czerwonych porzeczek, 50 dag cukru

Jabłka umyć, obrać, pokrajać w ćwiartki, usuwając gniazdka nasienne. Zalać bardzo małą ilością wrzącej wody, zagotować pod przykryciem i przetrzeć przez sito lub rozetrzeć wałkiem. Porzeczki przebrać, umyć, dobrze opłukać na sicie, osączyć, usunąć szypułki, włożyć do rondla, dodając bardzo małą ilość gorącej wody, zagotować pod przykryciem i przetrzeć przez sito. Uzyskane przeciery połączyć, dodać cukier, wymieszać i nałożyć do gorących weków lub twistów. Zamknąć i pasteryzować ok. 25 min. Po zakończeniu pasteryzacji ostudzić,

sprawdzić szczelność zamknięcia i przenieść do chłodnego i ciemnego pomieszczenia.

Uwaga!

Jabłka można też rozgotować po umyciu i przekrajaniu bez obierania i usuwania gniazdek nasiennych; wtedy należy je koniecznie przetrzeć przez sito lub przecieraczkę. Miazgę pozostałą po przetarciu porzeczek można jeszcze raz zagotować z większą ilością wody, przeceździć i zużyć jako napój lub dodatek do zupy.

CZARNE PORZECZKI W PRZECIERZE AGRESTOWYM

1 kg czarnych porzeczek, 1 kg dojrzałego agrestu, 50 dag cukru

Agrest umyć, osączyć, usunąć szypułki, włożyć do rondla, dodać bardzo małą ilość wrzącej wody i rozgotować pod przykryciem. Porzeczek przebrać, umyć na sicie, osączyć, usunąć szypułki i włożyć do przygotowanych worków, nie napełniając ich po brzegi. Rozgotowany agrest przetrzeć przez sito lub przecieraczkę, poślodzić, wymieszać i gorący przecier nalewać do słoików z porzeczkami, pozostawiając ok. 3 cm wolnej przestrzeni od brzegów. Zamknąć i pasteryzować przez ok. 25 min, licząc od chwili lekkiego zawrzenia wody w kociołku. Po zakończeniu pasteryzacji i ochłodzeniu wyjąć weki i po całkowitym ostudzeniu i sprawdzeniu szczelności zamknięcia przenieść do ciemnego i chłodnego pomieszczenia.

SOK Z CZERWONYCH LUB BIAŁYCH PORZECZEK ALBO MALIN

1 1/2 kg dojrzałych porzeczek lub malin, cukier

Porzeczki przebrać, optukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki, włożyć do emaliowanego rondla, zalać wrzącą wodą, aby je pokryła, i podgrzewać utrzymując temperaturę ok. 80°C, przez ok. 30 min. Gdy rozparowane owoce puszczą sok, precedzić przez nylonowe sitko. Uzyskany gorący sok postodzić, wymieszać i po rozpuszczeniu cukru rozlać do butelek lub twistów. Zaraz zamknąć zakrętkami i pasteryzować ok. 20 min jak przecier. Przechowywać w ciemnym i chłodnym pomieszczeniu.

Uwaga!

Pozostałą miążgę można zużyć jako nieklarowny napój, do zup, sosów lub zagęścić i sporządzić z niej marmoladę.

GALARETKA Z CZARNYCH PORZECZEK

1 kg czarnych porzeczek nie całkowicie dojrzałych, 2 szklanki wody;
na 1 l soku — 60—70 dag cukru

Porzeczki przebrać, umyć, osączyć na sicie, usunąć szypułki, wsypać do garnka, zmiażdżyć drewnianą łyżką, zalać gorącą wodą i gotować kilka minut. Rozgotowaną miążgę precedzić, lekko odciskając. Sok zmierzyć, przelać do szerokiego rondla, dodać cukier i gotować mieszając aż do uzyskania właściwej konsystencji, tj. do chwili, gdy kropla spuszczone na zimny spodek dobrze krzepnie. Gorącą galaretkę nalewać do ogrzanych małych stoików, najlepiej twistów, i zaraz zamykać zakrętkami.

GALARETKA Z PRZECIERU Z CZARNYCH PORZECZEK NA SUROWO

Na 1 kg przecieru z czarnych porzeczek — 1—1,2 kg cukru

Czarne porzeczki (dojrzałe, ale nie przejrzane) dobrze oplukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki i przetrzeć dokładnie przez sito lub przecieraczkę. Można też przecier uzyskać w sokowirówce. Zmierzyć go, przelać do czystej miski i dodawać porcjami drobnoziarnisty cukier, stale mieszając. Już w czasie mieszania zaczyna się proces galaretowacenia. Gdy galaretka wyraźnie krzepnie, przełożyć ją do małych słoików, najlepiej twistów, bardzo dokładnie wymytych i wyparzonych (słoiki nie powinny być gorące). Napełnione słoiki zaraz zamykać wymyтыми zakrętkami.

Uwaga!

Galaretka taka zachowuje nie tylko smak i aromat świeżych owoców, lecz także witaminę C. Używa się jej jako dodatku do różnych deserów, szczególnie dla małych dzieci. Podobnie można przygotować galaretkę z czerwonych porzeczek, która ma nieco rzadszą konsystencję.

GALARETKA Z CZERWONYCH LUB BIAŁYCH PORZECZEK

1 kg czerwonych lub białych porzeczek nie całkowicie dojrzałych,
2 szklanki wody; na 1 l soku — 60—70 dag cukru

Porzeczki przebrać, wyplukać na sicie, usunąć szypułki. Wsypać do garnka, zmiażdżyć drewnianym wałkiem, zalać wrzącą wodą, aby je pokryła, i gotować ok. 5 min na niezbyt mocnym ogniu. Następnie przecedzić przez sito lub odcisnąć w woreczku z gazy. Uzyskany sok zmierzyć, wlać do szerokiego rondla i gotować do lekkiego zagęszczenia. Dodać cukier i gotować dalej mieszając do uzyskania właściwej konsystencji. Gorącą galaretkę zlać do małych wyparzonych twistów i zaraz zamknąć zakrętkami.

DŻEM Z CZARNYCH PORZECZEK

1 kg dojrzałych czarnych porzeczek, 60—70 dag cukru

Porzeczki przebrać, opłukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki. 1/3—1/2 część owoców (uszkodzonych, mniejszych) przetrzeć przez przecieraczkę, wymieszać z cukrem i zagotować. Do wrzącego przecieru wsypać pozostałe owoce i gotować na niezbyt dużym ogniu co pewien czas mieszając, do uzyskania odpowiedniej gęstości. Dżem z czarnych porzeczek nie wymaga dłuższego gotowania, gdyż dość szybko uzyskuje właściwą krzepliwość, dzięki zawartości znacznej ilości pektyn.

Uwaga!

Można również przesypać wszystkie owoce cukrem i podgrzewać je powoli, aż puszczą sok, a następnie gotować. Można też część porzeczek zgnieść i połączyć z całymi owocami, potem gotować do uzyskania odpowiedniej gęstości i krzepliwości. Gorący dżem nalewać do wyparzonych twistów, o niewielkiej pojemności i zaraz zamykać zakrętkami.

MARMOLADA Z CZARNYCH PORZECZEK I WCZESNYCH JABŁEK

1 kg nieprzejrzałych czarnych porzeczek, 1 kg wczesnych, mała dojrzałych jabłek, ok. 80 dag cukru

Jabłka umyć, przekrajać, rozgotować w przykrytym rondlu z dodatkiem 1/3 szklanki gorącej wody i przetrzeć. Porzeczki przebrać, opłukać, osączyć, usunąć szypułki, włożyć do rondla i pod przykryciem szybko rozgotować. Przetrzeć, połączyć z przecierem jabłkowym i wstawić

w szerokim rondlu do średnio nagrzanego piekarnika. Zagęścić mieszając od czasu do czasu, aż pozostanie ok. połowy początkowej objętości. Wymieszać z cukrem i zagęścić, stale mieszając do uzyskania szklistej masy o odpowiedniej krzepliwości. Krzepliwość sprawdzać, spuszczać kilka kropli gorącej masy na zimny talerzyk. Gorącą marmoladę nakładać do gorących twistów uważając, aby nie zalać brzegów, i natychmiast po wyrównaniu powierzchni zamknąć słoiki.

MARMOLADA Z CZERWONYCH PORZECZEK, AGRESTU I DYNI

50 dag pasteryzowanego przecieru z czerwonych porzeczek, 50 dag pasteryzowanego przecieru z agrestu, 1 kg dyni, ok. 70 dag cukru

Dynię oczyścić, umyć, usunąć części niejadalne, pokrajać i rozgotować w rondlu z dodatkiem bardzo małej ilości gorącej wody. Przetrzeć przez sito, połączyć z przecierem porzeczkowym i agrestowym, przelać do szerokiego rondla i wstawić do średnio nagrzanego piekarnika lub na płytę kuchenną, mieszając od czasu do czasu. Odparować do uzyskania ok. połowy początkowej objętości przecieru, a następnie postodzić i często mieszając zagęścić do uzyskania pożądanej konsystencji. Gdy kilka kropli gorącej marmolady upuszczone na zimny talerzyk krzepnie, gorącą marmoladę zlać do gorących twistów i natychmiast zamykać.

POWIDŁA PORZECZKOWO-JABŁKOWE

1 1/2 kg czerwonych lub białych porzeczek, 1 1/2 kg nieprzejrzałych, zdrowych jabłek, 10—15 dag cukru

Jabłka umyć, pokrajać na ćwiartki i bez obierania i usuwania gniazdek nasiennych rozgotować pod przykryciem, dodając ok. 1/4 szklanki gorącej wody oraz przetrzeć przez sitko lub przecieraczkę. Porzeczkę umyć, osączyć, usunąć szypułki, rozgotować pod przykryciem, dodając ok. 1/2 szklanki wrzącej wody i przetrzeć przez sitko lub przecieraczkę. Połączyć oba przecięry i zagęszczać w szerokim rondlu w średnio nagrzanym piekarniku, od czasu do czasu mieszając drewnianą łyżką lub nierdzewną łopatką. Gdy masa owocowa jest gęsta i lekko odstaje od brzegów naczynia, a spuszczone z łyżki lub łopatki spada grubszymi płatami, dodać cukier i ogrzewać jeszcze kilkanaście minut częściej mieszając, w celu uniknięcia przypalenia. Powidła można także zagęszczać na płycie kuchennej. Wtedy należy zabezpieczyć je przed przypaleniem podkładając dopasowaną wielkością do dna rondla płytkę, najlepiej azbestową, i powidła regularnie i częściej mieszać. Gorące powidła nałożyć do gorących twistów i zaraz zamknąć zakrętkami lub nałożyć do czystych, niezbyt dużych naczyń kamiennych i po wygładzeniu powierzchni zapiec w średnio nagrzanym piekarniku. Po wyjęciu zabezpieczyć przed pleśnieniem zwilżonym w spirytusie krążkiem celofanu i obwiązać czystym pergaminem. Przechowywać w chłodnym i ciemnym pomieszczeniu.

Uwaga!

Powideł używa się jako dodatku do pieczywa, jako dodatku do sosów, do nadziewania naleśników, ciast itp.

SUSZONE PORZECZKI

Owoce przeznaczone do suszenia powinny być dojrzałe, ale nie przejrzałe, zdrowe, nie pogniecione, zebrane w dzień słoneczny, bezdeszczowy. Porzeczkę przebrać,

usunąć zgniecione i uszkodzone, opłukać na sicie, przelewając kilkakrotnie bieżącą wodą lub zanurzając z sitem w zmienianej kilkakrotnie wodzie. Dokładnie osączyć, usunąć szypułki, rozłożyć cieką warstwą na tacach przykrytych czystym papierem. Suszyć w suchym i przewiewnym miejscu, np. piekarniku lekko nagrzanym (ok. 60°C) przy uchylonych drzwiczkach, w celu zwiększenia cyrkulacji powietrza. Należy często zmieniać położenie owoców, potrząsając tacą lub papierem, aby równomiernie wysychały. Przechowuje się je w pudełkach kartonowych w suchym i chłodnym pomieszczeniu.

MALINY WE WŁASNYM SOKU

Maliny świeżo zebrane przebrać, opłukać, osączyć na sicie, usunąć pozostałe szypułki, podgrzać do temperatury ok. 60°C, aby puściły sok, i nałożyć do wyparzonych słoików, pozostawiając 2—3 cm wolnej przestrzeni od brzegów. Zamknąć weki i docisnąć sprężynkami, twisty zamknąć zakrętkami i pasteryzować w temperaturze do 100°C przez 20 min, licząc czas od momentu osiągnięcia przez wodę w naczyniu ok. 100°C, tj. od lekkiego wrzenia, lub 90°C (jeżeli mamy termometr).

Uwaga!

Maliny we własnym soku można stosować do sporządzania napojów, sosów, zup, deserów itp.

PAROWANY SOK Z MALIN I CZARNYCH PORZECZEK

1 1/2 kg malin świeżych i dojrzałych, 1 kg czarnych porzeczek, ok. 50 dag cukru

Maliny i porzeczki przebrać, przepłukać, osączyć na sicie i usunąć pozostałe szypułki. Wymieszać je z cukrem, umieścić na dziurkowanej wkładce sokownika i parować ok. 1 godz. Uzyskany gorący sok zlewać do wyparzonych twistów lub butelek, zamknąć nakrętkami, odwrócić naczynie do góry dnem; butelki można owinąć w ściereczki. Wystudzone przetwory, po sprawdzeniu szczelności zamknięcia, przenieść do ciemnego i chłodnego pomieszczenia.

Uwaga!

W ten sposób można sporządzić sok z samych malin albo z samych czerwonych lub czarnych porzeczek z cukrem lub bez cukru. Sok z czarnych porzeczek stanowi zimą i na wiosnę bardzo bogate źródło witaminy C. 1/3 szklanki tego soku zaspokaja dzienną normę na ten składnik.

SOK Z MALIN, PORZECZEK LUB AGRESTU (Z SOKOWIRÓWKI)

2 kg dojrzałych malin, porzeczek lub agrestu, ewentualnie 20—40 dag cukru

Owoce przebrać, opłukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki i porcjami nakładać do sokowirówki. Po uzyskaniu całej ilości soku przelać go do emaliowanego naczynia i podgrzewać, dodając cukier lub bez cukru, do temperatury 90°C przez kilkanaście minut. Gorący sok rozlać do przygotowanych gorących stoików lub butelek, zamknąć zakrętkami i pasteryzować przez 15—20 min.

Uwaga!

Sok można także — po ogrzewaniu nieco dłużej w temperaturze ok. 100°C — gorący, prawie wrzący przelać do dokładnie umytych i wyparzonych, gorących twistów

lub butelek (równy z brzegiem) i natychmiast zamknąć wyparzonymi, gorącymi zakrętkami. Odwrócić do góry dnem i, po ostudzeniu i sprawdzeniu szczelności, przenieść do ciemnego, chłodnego pomieszczenia.

KOMPOT Z MALIN

1 kg malin, ok. 20 dag cukru, 2 szklanki wody

Maliny przebrać, opłukać na sicie, osączyć i włożyć do weków lub twistów. Z cukru i wody ugotować syrop i wrzącym zalać owoce w słoikach, pozostawiając 2—3 cm od brzegów. Zamknąć i pasteryzować 25 min. Ochłodzić, sprawdzić szczelność zamknięcia i przenieść do ciemnego i chłodnego pomieszczenia.

KOMPOT Z MALIN BEZ ZALEWY

1 kg malin, 15—20 dag cukru

Maliny przebrać, ostrożnie opłukać, osączyć na sicie, przesypać cukrem i pozostawić na 2 godz., aż puszcza sok. Można je także lekko podgrzać, aby szybciej puściły sok. Przebrać ostrożnie do słoików, przykryć, pasteryzować przez 20—25 min, ochłodzić i przenieść do ciemnego i chłodnego pomieszczenia.

DŻEM MALINOWY

1 kg dojrzałych, świeżych malin, 50 dag cukru

Maliny przebrać, oplukać na sicie, osączyć, usunąć pozostałe szypułki, włożyć do szerokiego rondla. Dodać cukier i gotować, od czasu do czasu mieszając, do uzyskania odpowiedniej gęstości i krzepliwości. Dżem z malin można też sporządzić, przecierając część świeżych owoców. Wymieszać je z cukrem, gotować do lekkiego zagęszczenia, a następnie dodać pozostałe całe owoce i gotować razem do uzyskania odpowiedniej krzepliwości. Prawie wrzący dżem nakładać do umytych, wyparzonych, o małej pojemności twistów, wypełniając je po same brzegi, i zamykać zakrętkami.

KONFITURY Z MALIN

Na 1 kg oczyszczonych malin — 1,75 kg cukru, 1 szklanka wody

Maliny przebrać, zasypać cukrem i pozostawić na noc, aby puściły sok. Zlać go z owoców do szerokiego, płaskiego rondla, dodać wody i zagotować. Włożyć maliny i powoli gotować, wstrząsając lekko rondlem. Gotować kilkakrotnie z przerwami, aby owoce nasycone cukrem nabrały odpowiedniej szklistości. Rozłożyć je do jak najmniejszych słoików, najlepiej twistów, i po lekkim przestudzeniu zamknąć.

DŻEM MALINOWO—PORZECZKOWY

1 kg malin, 1 kg dojrzałych czerwonych porzeczek, ok. 1,2 kg cukru

Porzeczki przebrać, umyć, osączyć na sicie, usunąć szypułki, przetrzeć. Przecier wymieszać z cukrem, doprowa-

dzic do zagotowania. Przebrane, optukane i osączone na sicie maliny podzielić; połowę mniejszych i pogniecionych przetrzeć i dodać do przecieru z porzeczek. Gotować do lekkiego zagęszczenia, a następnie dodać całe maliny i gotować do uzyskania odpowiedniej krzepliwości. Gorący dżem nakładać do umytych, wyparzonych twistów, o małej pojemności i zaraz zamykać wyparzonymi zakrętkami.

Uwaga!

Miazgę z porzeczek i malin można zalać wrzącą wodą, zagotować, odcedzić i podawać jako sok do picia lub użyć do przyrządzenia zupy.

MARMOLADA Z MALIN, AGRESTU I JABŁEK

50 dag malin, 30 dag zielonego agrestu, 50 dag wczesnych, mała dojrziałych jabłek, ok. 60 dag cukru

Agrest przebrać, optukać, osączyć na sicie, usunąć szypułki, zalać w rondlu bardzo małą ilością wrzącej wody, rozgotować pod przykryciem, przetrzeć, zemleć w maszynie lub zmiksować. Smażyć w rondlu, najlepiej wstawiając go do średnio nagrzanego piekarnika. Umyte jabłka zetrzeć lub pokrajać, rozgotować z małą ilością wody, przetrzeć, połączyć z przecierem z agrestu i dalej smażyć. Dodać optukane i osączone maliny. Marmoladę zagęszczoną do około połowy początkowej objętości posłodzić i ogrzewać dalej mieszając, aby nie przywarła do rondla. Gdy stanie się szklista i zacznie krzepnąć, przelać do gorących twistów, chroniąc brzegi przed rozlanym przetworem.

SUSZONE MALINY

Maliny przebrać, usuwając nadpsute oraz pokaleczone, dokładnie opłukać na sicie, osączyć i rozłożyć cienką warstwą na blasze lub tacy pokrytej czystym papierem albo folią aluminiową. Suszyć w bardzo lekko nagrzanym piekarniku, w temperaturze nieco wyższej niż pokojowa (ok. 45°C), aby nie puściły soku. Początkowo suszyć przy lekko uchylonych drzwiczkach dla uzyskania właściwego obiegu powietrza.

Do suszenia można także wykorzystać miazgę pozostałą po odciśnięciu soku, która zawiera dość znaczną ilość miąższu. Rozłożyć ją na tackach emaliowanych lub innych przykrytych folią aluminiową albo czystym papierem i suszyć w piekarniku. Przy suszeniu miazgi temperatura może być nieco wyższa. Jeżeli miazga jest słodzona — trzeba uważać, aby nie doprowadzić do skarmelizowania cukru. Napar z suszonej miazgi malinowej jest również smaczny i wartościowy. Wsuszone owoce przechowuje się w pudełkach kartonowych w suchym, chłodnym pomieszczeniu.

AGREST WE WŁASNYM SOKU

Agrest świeżo zebrany, nie całkowicie dojrzały umyć, dokładnie osączyć na sicie, usunąć szypułki, włożyć do rondla i dodając bardzo mało wrzącej wody mocno podgrzać, aby zmięknął. Gorący nakładać do umytych, gorących weków lub twistów, lekko ugniatając i pozostawiając 2—3 cm wolnej przestrzeni od brzegów, nałożyć przykrywkę weków, dociskając je sprężynkami; twisty zamknąć zakrętkami. Słoiki wstawić do naczynia z podwójnym dnem, zalać wodą o temperaturze przetworów i pa-

sterylizować w temperaturze ok. 100°C przez 20—25 min.

Uwaga!

Agrestu pasteryzowanego można użyć do nadziewania pierożków, do sporządzania zup, napojów i sosów, a także po przetarciu i lekkim zagęszczeniu łączyć z innymi przetworami mniej aromatycznymi, jak jabłka czy gruszki, i stosować jako dodatek do pieczywa, nadziewania ciast, do deserów itp.

AGREST W PRZECIERZE Z GRUSZEK

1—1 1/2 kg dojrzałych gruszek, 1 kg agrestu zielonego, 30 dag cukru

Gruszki umyć, obrać, usunąć gniazdka nasienne, zalać 1/2 szklanki wrzącej wody i rozgotować pod przykryciem. Agrest dokładnie umyć, usunąć szypułki, przelać wrzącą wodą na sicie lub zanurzyć na sicie na kilkanaście sekund we wrzątku, w celu zblanszowania. Włożyć do przygotowanych gorących weków. Rozgotowane gruszki przetrzeć przez sito lub rozetrzeć wałkiem, dodać cukier, wymieszać i zalać w słoikach agrest do wysokości ok. 2 cm poniżej brzegów. Zamknąć słoiki i pasteryzować ok. 30 min. Po zakończeniu pasteryzacji ostudzić, sprawdzić zamknięcie i przenieść do ciemnego i chłodnego pomieszczenia.

GALARETKA Z AGRESTU

1 kg agrestu mało dojrzałego, 2—3 szklanki wody; na 1 l soku — 60—70 dag cukru

Agrest przebrać, umyć, osączyć, usunąć szypułki, włożyć do garnka, zmiażdżyć drewnianym wałkiem, zalać wrzącą wodą i gotować kilka minut na niezbyt mocnym ogniu. Rozgotowaną miazgę przecedzić, lekko odciskając na sicie, zmierzyć uzyskany sok, przelać do szerokiego rondla, pogotować lekko zagęszczając. Dodać cukier, zagotować mieszając do uzyskania właściwej konsystencji. Gdy kropla spuszczone na zimny spodek dobrze krzepnie, galaretką jest gotowa. Gorącą nalewać do ogrzanych małych twistów i zamknąć zakrętkami.

KOMPOT Z AGRESTU

1 kg zielonego, nie całkowicie dojrzałego agrestu, 15—20 dag cukru, 3 szklanki wody

Agrest przebrać, usunąć szypułki i pozostałości kielicha kwiatowego, umyć, osączyć i włożyć do weków lub twistów; owoce można nakłuć grubą igłą, aby nie popękały. Zagotować wodę z cukrem i gorącym syropem zalać agrest w słoikach, pozostawiając 2—3 cm wolnej przestrzeni od brzegów. Zamknąć weki przykrywkami lub twisty — zakrętkami i pasteryzować przez 25—30 min. Ostudzone słoiki, po sprawdzeniu szczelności zamknięcia, przenieść do ciemnego i chłodnego pomieszczenia.

DŻEM Z AGRESTU NIEDOJRZAŁEGO

1 kg agrestu niedojrzałego, 60 dag cukru, 1/2 szklanki wody

Z cukru i wody ugotować syrop. Agrest przebrać, umyć, usunąć szypułki, włożyć do gorącego syropu i gotować

ostrożnie, od czasu do czasu mieszając. Po uzyskaniu odpowiedniej gęstości i szklistości owoców gorący dżem nakładać do umytych, wyparzonych twistów o małej pojemności i zamykać wyparzonymi zakrętkami.

DŻEM Z AGRESTU DOJRZAŁEGO

1 kg agrestu dojrzałego, 50 dag cukru

Agrest umyć, osączyć na sicie, usunąć szypułki. Około połowy bardziej miękkich owoców włożyć do rondla, zmiażdżyć drewnianą łyżką lub wałkiem, dodać cukier i powoli podgrzewać. Gotować przez kilka minut, usuwając tworzącą się pianę, a następnie dodać pozostałe całe owoce i gotować do uzyskania odpowiedniej gęstości. Można też wrzucić całe owoce do podgrzanego przecieru, gotować kilka minut, odstawić z ognia na kilka godzin i po tym czasie już dość krótko gotować. Wtedy owoce są nie rozgotowane i szkliste. Gorący dżem nałożyć do umytych, wyparzonych słoików (najlepiej twistów), napełniając je po brzegi, i zaraz zamykać wyparzonymi zakrętkami.

MARMOLADA AGRESTOWA

1 kg agrestu zielonego, niezbyt dojrzałego, ok. 50 dag cukru

Agrest umyć, osączyć na sicie, usunąć szypułki, włożyć do rondla, wlać ok. 1/2 szklanki gorącej wody i pod przykryciem szybko rozgotować. Przetrzeć przez sito lub przepuścić przez maszynkę. Uzyskany przecier włożyć do rondla, wstawić do średnio nagrzanego piekarnika

i od czasu do czasu mieszając odparować do ok. 1/2 początkowej objętości. Następnie dodać cukier, ostrożnie wymieszać i dalej ogrzewać w piekarniku, mieszając nieco częściej, aby się marmolada nie przypaliła. Gdy zgęstnieje i stanie się szklista (nie rozlewa się spuszczone na talerz kropla), przełożyć gorącą do wymytych i wyparzonych twistów po same brzegi i zamykać.

Marmoladę agrestową można także smażyć na płycie kuchennej w szerokim rondlu, ale należy ją wówczas przez cały czas mieszać, szczególnie po dodaniu cukru, aby nie przywierała do dna. Jeżeli smażona jest na palniku gazowym, trzeba koniecznie podłożyć pod rondel ochronną płytkę.

Uwaga!

Marmoladę agrestową stosuje się jako dodatek do pieczywa, do nadziewania naleśników, ciast itp. Można ją także łączyć z innymi marmoladami i dżemami o łagodnym smaku, np. z marmoladą ze świeżych jabłek lub zagęszczonym przecierem z dyni, jabłek, gruszek itp.

KONFITURY Z AGRESTU NIE ZUPEŁNIE DOJRZAŁEGO

Na 1 kg oczyszczonego agrestu — 1 1/2 kg cukru i 1 1/2 szklanki wody

Świeże i zdrowe owoce przebrać, umyć, osączyć na sicie i usunąć szypułki. Zagotować w szerokim, płaskim rondlu wodę z cukrem. Agrest umieszczony na sicie zanurzyć na ok. 3 min w prawie gotującej wodzie (blanszowanie) i włożyć do lekko wrzącego syropu. Pozostawić na kilka godzin, a następnie ogrzewać do zagotowania, po czym odstawić na kilka godzin i znów gotować. Gdy owoce staną się szkliste, pogotować jeszcze konfitu-

ry do odpowiedniego zagęszczenia i uzyskania pełnego nasycenia owoców cukrem. Gotowe przełożyć do gorących twistów, o jak najmniejszej pojemności. Zamknąć zakrętkami po lekkim przestudzeniu.

POWIDŁA Z AGRESTU

3 kg dojrzałego agrestu, 10—15 dag cukru

Agrest przebrać, osączyć, usunąć szypułki, rozgotować w rondlu pod przykryciem z dodatkiem 1/3 szklanki gorącej wody i przetrzeć przez sitko. Przecier wstawić w szerokim rondlu do średnio nagrzanego piekarnika i zagęścić do uzyskania ok. 1/3 objętości; w czasie ogrzewania mieszać od czasu do czasu drewnianą łopatką. Gdy masa jest gęsta i lekko odstaje od ścianek rondla oraz spuszczone z łyżki spada grubymi płatami, dodać cukier i ogrzewać jeszcze przez kilkanaście minut, częściej mieszając. Powidła można także zagęszczać na płycie kuchennej, podkładając ochronną płytkę pod rondel, aby zabezpieczyć przed przywieraniem do dna. Szczególnie wymaga tego zabiegu odparowywanie powideł na palniku gazowym. Trzeba je wówczas mieszać częściej i równomiernie. Odparowywane w średnio nagrzanym piekarniku nie wymagają tak częstego mieszania. Gotowe powidła nałożyć do gorących twistów i zaraz zamknąć zakrętkami lub nałożyć do niezbyt dużych kamiennych naczyń i po wygładzeniu powierzchni zapiec w średnio nagrzanym piekarniku. Po wyjęciu zabezpieczyć powidła przed pleśnieniem krążkiem celofanu zamoczonego w spirytusie i obwiązać czystym pergaminem. Przechowywać w chłodnym i ciemnym pomieszczeniu.

SUSZONY AGREST

Do suszenia nadaje się agrest dojrzały, ale nie przejrzały, oraz nie nadpsuty. Owoce przebrać, opłukać, dokładnie osączyć, usunąć szypułki, rozłożyć cienką warstwę na tacach, przykrytych czystym papierem lub folią aluminiową. Suszyć w lekko nagrzanym piekarniku przy uchylonych drzwiczkach, aby zapewnić lepszy obieg powietrza. Od czasu do czasu zmieniać położenie owoców, potrząsając tacą lub papierem, aby równomiernie wysychały. Przechowywać je w pudełkach kartonowych, w chłodnym pomieszczeniu.

WINO Z CZARNYCH LUB BIAŁYCH PORZECZEK

Dobrze dojrzałe porzeczki, zebrane w suchym i pogodnym dniu, przebrać, usunąć nadpsute owoce, opłukać dokładnie, osączyć na sicie, usunąć pozostałe szypułki i przełożyć do wymytego i wyparzonego naczynia kamiennego lub emaliowanego. Zmiażdżyć i wycisnąć sok. Miazgę połączyć z częścią odpowiedniej ilości wody (zob. tabela na str. 30) i po kilku godzinach ponownie odcisnąć. Można również do miazgi z porzeczek dodać przygotowaną kulturę z drożdży winiarskich wg opisu na str. 30 i pozostawić na ok. 2—4 dni do zafermentowania. Następnie wycisnąć, moszcz zlać do balona, uzupełnić wodą, dodać cukier według danych z tabeli na str. 30 i nastawić do fermentacji i sklarowania. W miarę potrzeby po pierwszym sklarowaniu wino dosłodzić. Gotowe, klarowne wino zlać do butelek, uszczelnić i przenieść w chłodne miejsce, w celu dalszego dojrzewania.

WINO Z MALIN

Dojrzałe maliny przebrać, ostrożnie opłukać i osączyć na sicie, zmiażdżyć i zaraz dodać przygotowaną kulturę drożdży winnych, według danych z tabeli na str. 30. Przetrzywać w chłodnym miejscu, najlepiej w butli lub w balonie, przez ok. 2 dni, mieszając często miazgę. Do miazgi dobrze jest dodać fosforanu amonowego w proporcji ok. 3 g na 10 l moszczu, w celu uzyskania lepszego rozwoju drożdży. Lekko sfermentowaną miazgę odcisnąć, zalać odmierzoną ilością wody, wymieszać, powtórnie odcisnąć i uzupełnić moszcz wodą. Dodać 3/4 części cukru (zob. str. 30) i nastawić w balonie do dalszej fermentacji w temperaturze pokojowej. Po kilku dniach (w czasie trwania fermentacji) dodać pozostałą ilość cukru, rozpuszczonego w ciepłej wodzie. W miarę potrzeby jeszcze dosłodzić po pierwszym ściągnięciu wina znad osadu. Gotowe, klarowne wino zlać do butelek, zakorkować, uszczelnić i przenieść do chłodnej piwnicy lub spiżarni.

WINO Z AGRESTU

Dojrzały, świeżo zebrany agrest przebrać, odrzucając owoce nadpsute i porażone grzybkami, dokładnie opłukać, osączyć na sicie, a następnie przełożyć do dobrze wmytego kamiennego lub emaliowanego naczynia. Zmiażdżyć, wycisnąć sok i zmierzyć jego objętość. Miazgę zalać odmierzoną ilością gorącej wody i po kilku godzinach odcisnąć ponownie. Uzyskany moszcz zmierzyć i uzupełnić wodą oraz dodać 3/4 ilości cukru (według danych z tabeli na str. 30). Moszcz przelać do balonu, zaszczyć przygotowaną kulturą drożdży win-

nych (zob. str. 29) i poddać fermentacji. Resztę cukru dodać do balonu po kilku dniach od rozpoczęcia fermentacji. W miarę potrzeby wino można dosłodzić po pierwszym sklarowaniu i ściągnięciu z nad osadu. Po zakończeniu fermentacji zlać do butelek, zalakować i przechowywać w chłodnym pomieszczeniu.



SPIS TREŚCI

WIADOMOŚCI OGÓLNE

GATUNKI I ODMIANY OWOCÓW JAGODOWYCH	6
Porzeczka	6
Malina	7
Agrest	8
WARTOŚCI ODZYWCZE PORZECZEK, MALIN I AGRESTU ORAZ ICH ZASTOSOWANIE W ŻYWIENIU	9

PRZEPISY

ZUPY	34
Zupa z mrożonych porzeczek, malin lub agrestu i suszonych owoców	34
Zupa z dyni z przecierem z czerwonych lub białych porzeczek albo agrestu	35
Zupa z jabłek i czarnych porzeczek	35
Zupa z jabłek z przecierem porzeczkowym lub agrestowym konserwowanym	36
Chłodnik z mleka zsiadłego i przecieru lub dżemu z czarnych porzeczek	36
Chłodnik z jogurtu i czarnych porzeczek lub malin	37
Zupa z malin	37
Zupa wieloowocowa	38
Zupa z przecieru z malin lub porzeczek z żółtkami	38
Chłodnik z kwaśnego mleka lub kefiru z malinami albo agrestem	39
Zupa agrestowa	39
DRUGIE DANIA I DANIA KOLACYJNE	41
Kluski kładzione z porzeczkami	41
Kluseczki z kaszy manny z przecierem porzeczkowym lub malinowym	42

Łazanki z serem, porzeczkami i śmietaną	42
Makaron z serem i przecierem z porzeczek	43
Płatki owsiane z porzeczkami lub malinami	44
Racuszki z porzeczkami, agrestem lub malinami	44
Naleśniki śmietanowe z dżemem malinowym lub agrestowym	45
Naleśniki z serem i sosem malinowo-śmietanowym	45
Omlet naturalny z malinami lub czarnymi porzeczkami	46
Makaron z twarogiem i sosem malinowym	47
Omlet biszkoptowy z malinami lub porzeczkami	47
Naleśniki z malinami i śmietaną	48
Makaron zapiekany z agrestem, malinami lub porzeczkami	49
Ryż zapiekany z agrestem	50
Knedle z agrestem	50
Pierozki z agrestem, malinami lub porzeczkami	51
Omlet z dżemem lub konfiturami z agrestu, porzeczek lub malin	52
DESERY	53
Sałátka z melona z konserwowanym przecierem z białych porzeczek lub agrestu	53
Sałátka z porzeczek, malin, wczesnych jabłek i moreli	53
Sałátka z suszonych śliwek z przecierem z porzeczek	54
Kompot z wczesnych jabłek i czerwonych porzeczek	54
Kisiel z porzeczek	55
Kisiel z czerwonych lub czarnych porzeczek z jabłkami	55
Jabłka w galaretkę z wina porzeczkowego	56
Galaretka z czerwonych lub białych porzeczek	57
Morele w galaretkę z białych lub czerwonych porzeczek	57
Mus z moreli lub renklód i porzeczek	58
Lody z galaretką porzeczkową	58
Maliny z cukrem	59
Maliny lub czarne porzeczkę ze śmietaną	59
Jabłka pieczone z dżemem z malin, czarnych porzeczek lub agrestu	59
Jabłka z konfiturami malinowymi zapiekane z kremem	60
Sałátka z dyni z konserwowanym sokiem z malin lub porzeczek	60
Sałátka z gruszek w przecierze z malin lub porzeczek ze śmietanką	61
Sałátka z owoców mieszanych	61
Sałátka z malin i melona	62
Kompot z malin i porzeczek na surowo	62
Kompot z gruszek i malin lub porzeczek na surowo	63
Kisiel z malin lub agrestu z gruszkami	63
Kisiel z malin	64

Kisiel z owoców mieszanych	64
Kisiel mleczno-owocowy	65
Galaretką wielosmakowa	65
Galaretką z malin	66
Maliny w galaretkę z porzeczek	66
Mus z malin	67
Krem malinowy	67
Krem z twarogu i malin	68
Krem z bitej śmietanki z malinami lub porzeczkami	69
Deser z owoców i lodów	69
Lody z malinami, przecierem z czarnych porzeczek i bitą śmietaną	70
Lody z malinami i agrestem z kompotu	70
Kompot z agrestu	71
Kompot z agrestu i truskawek	71
Kompot z owoców suszonych z przecierem lub sokiem z agrestu albo porzeczek	71
Galaretką z zielonego agrestu	72
Mus z dyni z przecierem konserwowym z agrestu lub porzeczek	72
NAPOJE	74
Napój z białych i czarnych porzeczek	74
Napój z czarnych porzeczek z miodem	75
Napój z czerwonych porzeczek	75
Napój z porzeczek i pomidorów	76
Napój letni mieszany	76
Napój z porzeczek i marchwi	76
Napój z serwatki i porzeczek lub malin	77
Kwas porzeczkowy fermentowany	77
Cocktail porzeczkowy	78
Napój z malin	78
Napój z malin i miodu z wodą mineralną	79
Napój z malin lub porzeczek i mięty	79
Napój mleczno-porzeczkowy	80
Napój z kwaśnego mleka lub kefiru i malin	80
Napój mleczno-malinowy z żółtkiem	81
Napój mleczno-owocowy z twarożkiem	81
Napój ze śmietanki i malin	81
Napój z mleka i soku malinowego	82
Napój z agrestu zielonego i renklod	82
Napój z suszonych malin lub czarnych porzeczek	83
Cocktail malinowy	83
Kruszon z owocami	83
Napój z agrestu zielonego	84

WYPIEKI	85
Biszkopt z porzeczkami, malinami lub agrestem	85
Placek ucierany z porzeczkami czarnymi świeżymi lub mro- żonymi	86
Krucze ciasteczka z marmoladą	86
Krucze babeczki z malinami, agrestem lub porzeczkami i bitą śmietaną	87
Rolada biszkoptowa z nadzieniem malinowym	88
Rogaliki kruche z marmoladą	89
Tort biszkoptowy z masą owocową	90
Tort malinowy lub porzeczkowy z biszkoptami I	91
Tort malinowy lub porzeczkowy z biszkoptami II	91
Tort z wafli z nadzieniem agrestowym lub malinowym	92
Tort bezowo-owocowy	92
Ciasto kruche z agrestem i kremem	93
Placek drożdżowy — przekładaniec	94
Mazurek z polewą agrestową	95
Placek drożdżowy z agrestem lub czerwonymi porzeczkami	96
 PRZETWORY	 98
Czarne, czerwone lub białe porzeczki we własnym soku	98
Przecier z porzeczek lub malin	99
Przecier z czerwonych porzeczek i jabłek	99
Czarne porzeczki w przecierze agrestowym	100
Sok z czerwonych lub białych porzeczek albo malin	100
Galaretką z czarnych porzeczek	101
Galaretką z przecieru z czarnych porzeczek na surowo	101
Galaretką z czerwonych lub białych porzeczek	102
Dżem z czarnych porzeczek	103
Marmolada z czarnych porzeczek i wczesnych jabłek	103
Marmolada z czerwonych porzeczek, agrestu i dyni	104
Powidła porzeczkowo-jabłkowe	104
Suszone porzeczki	105
Maliny we własnym soku	106
Parowany sok z malin i czarnych porzeczek	106
Sok z malin, porzeczek lub agrestu (z sokowirówki)	107
Kompot z malin	108
Kompot z malin bez zalewy	108
Dżem malinowy	108
Konfitury z malin	109
Dżem malinowo-porzeczkowy	109
Marmolada z malin, agrestu i jabłek	110
Suszone maliny	111
Agrest we własnym soku	111

Agrest w przecierze z gruszek	112
Galaretka z agrestu	112
Kompot z agrestu	113
Dżem z agrestu niedojrzałego	113
Dżem z agrestu dojrzałego	114
Marmolada agrestowa	114
Konfitury z agrestu nie zupełnie dojrzałego	115
Powidła z agrestu	116
Suszony agrest	117
Wino z czarnych lub białych porzeczek	117
Wino z malin	118
Wino z agrestu	118