

*Franka néni*

# BEFÖZÖKÖNYVE







# FŐZELÉKEK ÉS GYÜMÖLCSÖK BEFŐZÉSE

Sok évtizedes tapasztalatok alapján írta:

**SPÁN ARANKA**

Szakszempontról felülvizsgálta:

**MINA NESZTOR**

A fedőlapot Eszter József  
készítette

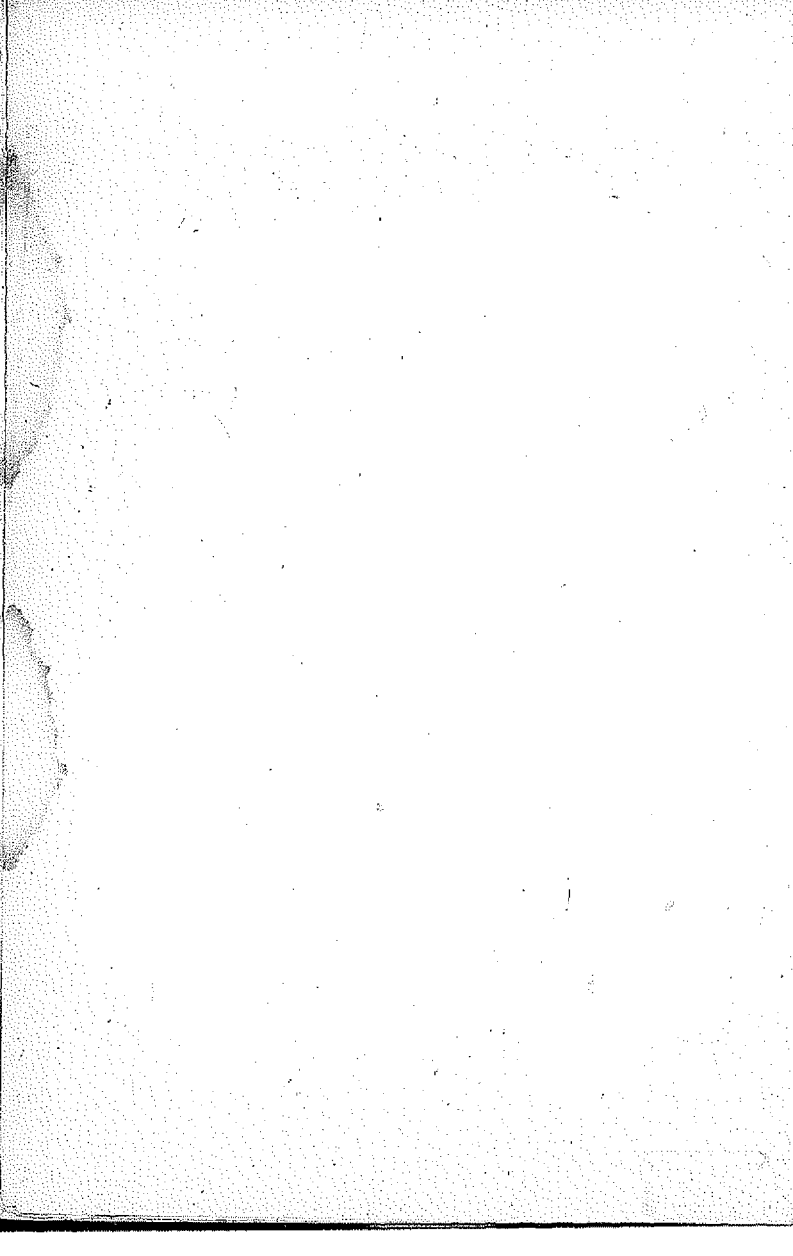
Szerkesztő: **Gellér Judit**  
Technikai szerkesztő: **Tomcsányi László**

Nyomta FORUM Lap- és Könyvnyomda Vállalat  
Novi Sad © 1960

ARANKA NÉNI  
BEFŐZŐKÖNYVE



FORUM KÖNYVKIADÓ



Könyvünk célja, hogy összefoglalja és megvilágítsa a gyümölcs és főzelékfélék korszerű házi konzerválásának elméleti és gyakorlati ismereteit. Tanácsadója legyen és elősegítse munkáját annak a dolgozó nőnek és kezdő háziasszonynak, aki eddig nem ismerhette meg a konzerválás egyszerű és biztos módját.

Ha nem ismeri az egyes jelenségek okát, például: miért puhul meg a sósvizes uborka vagy az ecetes paprika az eltevés után, miért erjed vagy penészedik a befőzött gyümölcs; akkor áldozatos munkája hiábavaló volt.

A mai nőnek ismernie kell a háztartás minden folyamatát, mert csakis így veheti elejét egyes káros jelenségeknek.

A befőzött növényi eredetű táplálékok vitaminingadságát és élvezeti értékének nagy részét tudatosan mentjük át a téli időszakra. Éppen ezért reméljük, hogy a háztartás ilyen irányú, izgalmasan érdekes „titkainak” megismerése nem lesz fáradságos, hanem örömet és érdeklődést fog kiváltani, és elvezet a könyv recept-gyűjteményének helyes alkalmazásához.





## A HÁZI KONZERVÁLÁS ALAPELVEI

Minden gyümölcs és főzelékféle könnyen és gyorsan romlik. Ezért mindig sok gondot okozott az embereknek a növényi eredetű élelmiszerek tárolása, eltevése a téli hónapokra.

Gyümölcsöt és főzelékfélét több hónapra vagy még hosszabb időre eltenni és frissen tartani, egyszerű, házi eljárással alig lehet. Ezért az emberek az évszázadok folyamán tartósított készítmények előállítására törekedtek, hogy ezekkel pótolják és helyettesítsék a friss terményeket.

A háziasszonyok hosszú évek tapasztalata alapján rájöttek, hogyan kell ezeknek a konzerveknek táp- és élvezeti értékét is megtartani, és a készítményeket tartósakká tenni. A „receptek” állandóan tökéletesedtek és nemzedékről nemzedékre szálltak. Egyes receptek évtizedek, sőt évszázadok óta nem változtak. Sok háztartásban még ma is úgy készítik a befőttet, mint dédanyáink korában. Pedig azóta a természettudományok: az orvostudomány, a biológia és a vegytan sokat fejlődtek, és nemcsak tudományos alapot adtak a konzerválás technikájának, hanem egész sor új, kombinációs eljárást is, melyek nemcsak a háziasszonyok munkáját könnyítik

meg, hanem olcsóbbá és **biztosabbá** teszik a gyümölcs és főzelékfélék tartósítását.

A korszerű háziasszony ezért a befőzésnél nemcsak az évtizedes tapasztalatok eredményeit veszi figyelembe, hanem a tudományok és technika legújabb vívmányait is. Így tud azután

**GYORSAN,  
A LEGKEVESEBB KÖLTSÉGGEL  
ÉS FÁRADSÁGGAL,  
KITŰNŐ MINŐSÉGŰ,  
ÍZLETES ÉS ZAMATOS,  
VITAMINDÚS ÉS TARTÓS**

készítményeket előállítani.

Miért rothad a friss gyümölcs? Miért romlik és penészedik a főzelékféle? Miért erjednek a gyümölcslevek? Ezekre a kérdésekre a természettudományok csak az újabb időben tudtak kielégítő feleletet adni. A felelet pedig egyszerű: a levegőben télen-nyáron sok millió, szabad szemmel nem látható bacillus, baktérium, erjesztőgomba, penészgomba és egyéb alacsonyrendű növényi és állati szervezet van. Ezek minden tárgyon, minden növényen és gyümölcsön ott vannak. Amint alkalmas viszonyok közé kerülnek, fejlődésnek indulnak, hihetetlen gyorsasággal szaporodnak, közben elroncsolják és bomlasztják a gyümölcsöt. Ennek szabad szemmel is látható következménye aztán a penészedés, a rothadás, meg az erjedés.

Ha tehát gyümölcsöt vagy főzelékfélét akarunk tartósítani, arra kell törekednünk, hogy a nyersanyagra telepedett mikrobákat és gombákat elpusztítsuk, megakadályozzuk, hogy újból mikrobák és gombák jussanak a levegőből a nyersanyagra, az esetleges életképes mikrobák szaporodását és bomlasztó munkáját megakadályozzuk.

Világos, hogy ez nehéz feladat, különösen, ha emellett meg akarjuk tartani a gyümölcs vagy főzelékféle tápértékét, színét, ízét, zamatát és vitamintartalmát is. Éppen ezért meg kell ismernünk a különböző tartósítási eljárásokat, hogy a nyáron rendelkezésünkre álló nyersanyagot (főzelékféléit, salátát és gyümölcsöt) céljainknak megfelelően, a kívánt alakban konzerválhassuk és télen természetes összetételében felhasználhassuk. A feladat tehát az, hogy a konzervált főzelékféle és gyümölcs vitamindús maradjon, ne veszítse el tápértékét.

Célunk megvalósításakor az évszázados tapasztalatokat és a tudományos kutatások eredményeit vesszük alapul.

A bacilusokat és gombákat vagy magas hőmérsékleten vagy olyan mérgező anyagokkal pusztítjuk el, amelyek kis mennyiségben nem ártanak az emberi szervezetnek.

A készítményeket megfelelő módon lezárjuk, hogy megóvjuk az élő mikroorganizmusoktól.

Az esetleg életben maradt baktériumokat kedvezőtlen életviszonyok közé helyezzük, hogy ne fejlődhesse- nek és ne szaporodhassanak.

Ez utóbbival kapcsolatban tudnunk kell, hogy ezeknek a szervezeteknek fejlődéséhez és szaporodásához tápanyagon kívül vízre, levegőre és megfelelő hőmérsékletre van szükségük. Gyakran a fény is elősegíti fejlődésüket. Ezért nem tartjuk a befőtteket verőfényes helyen.

## **BEFŐZÉSTECHNIKAI ELJÁRÁSOK**

A felsorolt elvek alapján különféle eljárással tartósíthatjuk a főzelékféléket és a gyümölcsfajtákat. Ezeket a módokat befőzéstechnikai eljárásoknak nevezzük. Közülük a legfontosabbak és a legjellegzetesebbek a következők:

1. **Vízlevonás szárítással.** Az eljárás lényege a nyersanyag víztartalmának csökkentése (pl. a gombát szárítjuk, a gyümölcsöt aszaljuk stb.).

2. **Vízlevonás befőzéssel.** Főzéssel távolítjuk el a fölösleges vizet (különbféle pürék és gyümölcszívek).

3. **Vízlevonás só vagy cukor segítségével.** Zöldségfélék eltevése sóban, gyümölcsök eltevése cukorban stb.

4. **Csírátlanítás (sterilizálás) magasabb hőmérsékleten.** A készítményt meghatározott ideig légmentesen, elzárt edényben, magas hőmérsékleten tartjuk. Magas hőmérsékleten a csírák aránylag rövid idő alatt elpusztulnak. Az eljárást gőzölésnek vagy dunsztolásnak is nevezik.

5. **Csírátlanítás alacsonyabb hőmérsékleten.** Ezt szárazgőzölésnek is mondják. Ilyenkor az előfőzött készítményt forrón üvegbe töltjük, gyorsan, légmentesen elzárjuk, majd pokrócfélével jól letakarjuk, hogy minél tovább forró maradjon.

6. **Savanyítás ecettel vagy tejsavas erjedéssel.**

7. **Konzerválás baktériumölő anyagokkal.** Erre a célra szerves anyagokat, legtöbbször benzoe-savas nátriumot vagy szalicilsavat használunk.

8. **Kombinált konzerválás** alkalmával főzés és dunsztolás nélkül tesszük el a készítményeket, és a tartósítást cukor és alkohol, vagy só és valamilyen szerves konzerválószer vagy kéndioxid (kénezés) és ecet (esetleg még cukor) kombinációjával végezzük.

9. **Levegőtől való elzárás olaj segítségével.**

A gyakorlati részben látjuk majd, hogyan alkalmazzuk ezeket az alapvető konzerváló eljárásokat külön-külön, de kombinációval is. Itt még a cukor és a só konzerváló hatásáról mondunk néhány szót. Láttuk, hogy a baktériumok életműködéséhez elsősorban víz kell. azonban erősen sós vagy cukros oldattal érintkeznek, vizet veszítenek (diffúzió, illetve ozmózis következtében) és így fejlődésük és szaporodásuk meg-

szűnik. Például a szlatkó néven ismert gyümölcsbefőtt tömény, sűrű, cukros levében a mikroorganizmusok nem fejlődnek. A töményebb sóoldat is vizet von el a mikroorganizmusoktól. A túl tömény sóoldat azonban élvezhetetlenné teszi a készítményt, ezért a sóoldatot legtöbbször valamilyen baktériumölő vegyszerrel kombinálva használjuk.

Az ecet- és a tejsav konzerváló hatása nemcsak azon alapszik, hogy ezek az anyagok már aránylag kis töménységben is elpusztítják a bomlást okozó mikroorganizmusokat, hanem elsősorban azon a tényen, hogy ezek savanyú közegben nem képesek fejlődni és szaporodni. Az ecetes készítményt azonban nem szabad túlságosan savanyítani, mert akkor veszít értékéből. Így ezeket a savakat is más anyagokkal kombinálva használjuk (só, konzerváló szerek stb.).

Mindenképpen tudnunk kell azt, hogy a legtökéletesebben végzett tartósítással is minden készítmény veszít eredeti tápértékéből. Minél kíméletesebben végezzük a konzerválást, annál kevesebb vitamin megy veszendőbe. Kerüljünk tehát a konzerválásnál minden túlzást. Túlfőzéssel, túldunsztolással, túl sok konzerváló szer alkalmazásával rontjuk a készítmények minőségét, élvezeti és tápértékét.

## A TARTÓSÍTÁSNÁL HASZNÁLATOS VEGYSZEREK

A tartósításnál használatos vegyszerek a baktériumokra általában mérgező hatásúak, de néha az emberi szervezetre is. Azonkívül rontják a készítmény ízét, zamatát és tápértékét is. Használjunk tehát minél kevesebbet és csak akkor, amikor feltétlenül szükséges, ha a nyersanyag nem kifogástalan. Ezek a vegyszerek álta-

lában savanyú kémhatásúak. Savanyú közegben pedig, amint már említettük, a baktériumok fejlődése megakad.

**A citromsav** ártalmatlan az egészségre. Fűszerkereskedésekben kristályos alakban vásárolható, de használhatunk helyette citromlevet is. A citromlében sok a C vitamin, a citromsavban viszont nincs. Citromsavval ízesíthetjük is készítményeinket, de használhatjuk akkor is, ha azt akarjuk, hogy a befőzött gyümölcs színe világos maradjon (körte, alma, barack). Ilyenkor a felöntőlé minden literjéhez 1 gramm citromsavat adunk. Magában csak gyengén konzervál, ezért más anyagokkal kombinálva használjuk. Van a citromsavnak még egy tulajdonsága. Ha nagyon tömény cukoroldatot kell készítenünk, akkor az oldatot rövid ideig citromsavval főzzük, mert ettől a répacukor egy része más, nehezebben kristályosodó cukorfajtává alakul át. Ezt a tulajdonságát a sűrű-cukros befőtteknél használjuk fel.

**A borkósav** kristályos alakban vásárolható a vegyeskereskedésekben. Sajnos, gyakran adják el citromsavként, pedig nem ízesít oly kellemesen, mint a citromsav. Ugyanúgy használható gyümölcsfélék fehéren tartására és cukoroldat készítésére.

**Ecetsav** is kapható a kereskedésekben, mégpedig tömény ecetsav vagy ecet alakjában. Konzerváló hatása mindkettőnek egyforma, ha megfelelően hígítják. Erre a célra inkább a borszeszből készített ecetet használjuk, mert az ecetsavon kívül bizonyos zamat-anyagokat is tartalmaz. Gyümölcs eltevéséhez pedig borecetet, azaz borból készített ecetet veszünk, mert gyümölcs készítményekben ennek az íze a legkellemesebb. Ecetsav használatánál ügyeljünk, hogy az edények zománca hibátlan legyen, vagy pedig használjunk porcelán- vagy üveg-edényt. Fémek<sup>2)</sup> ecettel érintkezve mérgező vegyületet képeznek.

Kénes sav (nem kénsav!) akkor keletkezik, amikor a kén égetésekor képződő kéndioxid (kéngáz) vízben oldódik. Háztartási célokra tehát magunk készítjük. Tulajdonképpen kénsavval dolgozunk a gyümölcs kénezésénél is. A készítmény a kénezéstől kellemetlen ízt kap, de ez később eltűnik, mert a kénes sav lassanként kénsavvá oxidálódik. Kénsavval fehéritjük a gyümölcsféléket és tartósítunk olyan készítményeket, amelyeknek levét nem használjuk fel (tölteni való paprika). Újabban kénes sav helyett gyakran használjuk a kálium-metabiszulfit (vinobrán vagy borkén) nevű vegyszer vizes oldatát.

A szalicilsav a legismertebb konzerváló szerek egyike. Fehér, puha, tű alakú kristályokat alkot, hideg vízben lassan, nagyon keveset oldódik, melegben gyorsabban, alkoholban pedig kitűnően oldódik. A baktériumokra nagyon mérgező, de mérgező az emberi szervezetre is. Ezért, ha csak lehet, ne használjuk, hanem helyette a zöldborsó kivételével minden konzervre benzoesavas nátriumot tegyünk. A szalicil főzés közben a vízpárával eltávozik, a vizet vagy cukoroldatot lilára festi, mert a vízben lévő vas-vegyület a szalicilsavval lila színű vegyületet ad.

A benzoe-sav kaparó ízű, fehér színű por. Jó konzerváló szer. Egy liter gyümölcsléhez  $\frac{1}{4}$ , esetleg  $\frac{1}{2}$  grammot használunk belőle.

A benzoe-savas nátrium a gyógyszertárakban „nátrium benzoikum” néven kapható. Kitűnő konzerváló szer. Az egészségre sem árthat. Egy kilogramm nyers gyümölcsléhez vagy musthoz 1 gramm benzoe-savas nátriumot adunk. Ha a gyümölcslévet előzőleg felforraljuk, illetve gőzöljük, elég belőle  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  gramm is. A benzoesavas nátrium magas hőmérsékleten szintén felbomlik és szaga gyanúra emlékeztet. Ezért csak akkor keverjük a készítménybe, amikor már az megfőtt.



## A PEKTINANYAGOK

Sok háziasszony a pektinnek még a nevét sem hallotta. Pedig a befőttek, az ízek, lekvárok stb. készítésénél igen fontos szerepe van. Éppen ezért a pektinről külön és részletesen kell beszélnünk, hogy a kezdő háziasszony is megismerje értékes és hasznos tulajdonságait.

Tulajdonképpen nem is pektinről kell beszélnünk, hanem pektinekről vagy pektinanyagokról, mert nemcsak egy féle pektin létezik. De mik is azok a pektinanyagok?

A pektinek a növényi sejtek között lévő ragasztóhoz, nyálkához és gumihoz hasonló anyagok. Vízben vagy tiszta, ragadós, szűrhető oldatot adnak, vagy pedig kocsonyás, szűrhetetlen, ragadós tömeget. Savakkal főzve felbomlanak, egyszerűbb vegyületeket adnak. Az összetett szénhidrátok közé tartoznak, akárcsak a közönséges cukor, a keményítő és a cellulóz. A pektinek nagyobb mennyiségben a félérett gyümölcsben találhatók, tehát éppen a befőzési célokra legalkalmasabban. Éretlen gyümölcsben nincs elég, mert még nem alakult ki benne, a túl éretben pedig már más vegyületté alakult. E szabály alól is van kivétel: a citrom és a narancs sok pektint tartalmaz és pektintartalmuk megmarad február végéig. Mi a pektinanyagok szerepe a befőzésnél?

Ha a pektintartalmú gyümölcsöt megfelelő módon kezeljük, a benne lévő pektin feloldódik és a lé léhülsékor kocsonyás, sűrű oldat lesz. A pektin rövid főzés után is sűrűvé teszi a készítményt. Rövid főzés után készítményeink eredeti íze és vitamintartalma megmarad, a kocsonyás anyag pedig a szó szoros értelmében fogvatartja a különféle mikroorganizmusokat.

Tudjuk, hogy minden gyümölcsnek van bizonyos savtartalma. Azt pedig már mondtuk, hogy a pektinanyagok savakkal főzve felbomlanak. Világos tehát, hogy befőzéskor és konzerválásakor arra kell töreked-

nünk, hogy a nyersanyagot minél rövidebb ideig főzzük, és ily módon a pektineket megőrizzük. Ez azért is előnyös, mert a befőzött gyümölcshez jóval kevesebb cukor kell. Így a készítmény megtartja a gyümölcs eredeti ízét és zamatát, a befőzés munkája lerövidül és egyszerűsödik, a cukormegtakarítás révén pedig olcsóbb lesz.

Ne feledjük el azt sem, hogy a pektintartalmú, duzzadó kolloid-természetű anyagok jó hatással vannak emésztőszerveinkre s azok működésére is. A kocsonyásodó kolloid-anyagok jó tulajdonsága, hogy idegen anyagokat, mérgeket, baktériumokat kötnek le és ezáltal megszabadítják tőlük a szervezetet. Különösen a nyersen reszelt, nyári, savanyú almának van egyes bélbetegségeknél jótékony hatása.

Láthatjuk tehát, hogy a befőzésnél meg kell őrizni a gyümölcsök pektintartalmát, mert ezáltal megőrizzük a termény ízét, színét, illatát, zamatát, vitamintartalmát és tetszetőségét is. Nem szabad agyonfőzni a készítményeket, hanem csak a feltétlenül szükséges ideig.

Ezzel kapcsolatban vissza kell térnünk a besűrités problémájára, melyet már röviden említettünk.

A besűrités fő célja, hogy a készítményből eltávolítsuk vagy lekössük a felesleges vizet. Ezáltal ugyanis megnehezítjük, esetleg lehetetlenné tesszük a baktériumok szaporodását. A vizet melegítéssel párologtatjuk el, a pektinanyagok felhasználásával pedig lekötjük. Ha a vízfőlésgel elpárolog, a készítmény besűrűsödik, a gyümölcshíz megkapja a kellő sűrűséget.

Arra kell törekednünk, hogy minél kevesebb vizet párologtassunk el, mert a hosszas melegítés rontja a készítmény minőségét. A sűritést lehetőleg víz lekötésével végezzük. Ezért a gyümölcshíz készítésénél az előcukrozott, darabos gyümölcshöz egyszerre csak kis mennyiséget sűritünk be ( $1/2$  vagy  $3/4$  kilogrammot, tehát 4—5 mérőkanálnyit). Ezt a mennyiséget kétliteres lapos edényben 4—8 percig, azaz csak rövid ideig főzzük. Ha ez a

mennyiség nem elég az üveg megtöltésére, akkor az üveget ne zárjuk le, hanem amikor a következő adagot besűrítettük, az előző adagot visszaöntjük a lábasba, és a két adagot tovább melegítjük, míg újra felforr. Ez csak rövid ideig tart. A forró anyagot azonnal üvegbe töltjük, az üveget lezárjuk, és azonnal szárazgőzbe állítjuk. Az esetleg kimaradt ízt újra üvegbe tesszük, és a harmadik adaghoz tesszük. Ezt az eljárást addig folytatjuk, míg az egész anyagot be nem sűrítettük.

A gyümölcsíz készítését mindig így, szakaszosan végezzük. Meggyorsíthatjuk az eljárást, ha az egész előcukrozott anyagot nagyobb edényben, állandóan keverve csak a forráspontig melegítjük. Ekkor azonnal félrehúzzuk a tűzről és ebből a meleg anyagból vesszük a besűrítéshez való adagokat. Úgy is dolgozhatunk, hogy az adagoként készre sűrített ízt nem töltjük rögtön az üvegekbe, hanem egy nagyobb, átmelegített lábasba. A forró lábasban a gyümölcsíz is forró marad. Amikor az egész anyagot besűrítettük, akkor a lábasban egyszer felfőzzük, és azonnal fémtálcára állított, száraz üvegekbe töltjük.

Minél nagyobb a feldolgozott gyümölcs pektintartalma, annál rövidebb ideig kell főzni. Különösen sok pektint tartalmaz a ribizli, a vörös áfonya, a citrom, a narancs, az egres, a málna, a szamóca, az alma és a birsalma.

A gyümölcskészítmények besűrítése gondos munkát kíván. Az anyagot besűrítés közben rozsdamentes anyagból készült tálalókanállal, esetleg használatlan fakanállal állandóan keverjük. A képződő habot leszedjük, mert ha ezt elmulasztjuk, az üvegben felszáll a gyümölcsíz tetejére.

A gyümölcsíz készítéséhez szükséges cukormennyiséget az egyes recepteknél közöljük. Itt csak azt jegyezzük meg, hogy helyesen végzett besűrítéssel sok cukrot takaríthatunk meg.

Ha a gyümölcs 1—1,5<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-os pektint tartalmaz, a készítmény is megfelelően kocsonyásodik. De a pektinben szegény gyümölcsfajákból is készíthetünk ízt, ha tíz százalék pektindús gyümölcsöt adunk hozzá (reszelt almát, egresvelőt, friss birslevet stb.). A pektindús gyümölcsök helyett kész pektint is vehetünk, bár a pektindús gyümölcsök erre a célra megfelelőbbek. A készre vett lemezes pektint használat előtt 24 órára, megfelelő mennyiségű, 1 dkg-ként körülbelül 1/2 dl langyos vízben leáztatjuk, majd óvatos melegítés közben feloldjuk. Az előkészített és a pektinnel kevert gyümölcsöt azután rövid főzéssel besűrítjük (1—2 perc). Ha por alakú pektint használunk, azt kevés cukorral a forró gyümölcslébe szórjuk s még egyszer felforraljuk. A kevesebb savat tartalmazó gyümölcshöz kevés citromlevet vagy citromsavat is adunk, mert ez elősegíti a kocsonyásodást. Egy kg gyümölcshöz legtöbbször elég 1/2—1 g citromsav és 1 dkg por alakú pektin.

Ha az előcukrozott, pektindús gyümölcsöt egy napig hűtőszekrényben tartjuk, akkor a pektinanyagok egy része felszabadul és a besűrítés ideje csaknem felére rövidül, mert az erjedést megakadályoztuk. Az erjedés ugyanis csökkenti a pektin kocsonyásító képességét.

A főzés végét három féle módon állapíthatjuk meg. Mindhárom ún. kocsonya- vagy zselépróba.

1. A forrás kezdetén a gyümölcslé híg. Pár perc múlva a gyümölcslé sűrűsödik és lassan olyan lesz, mint a méz. Ekkor a sűrítést befejezhetjük.

2. Kész a sűrítés akkor is, ha a főzött anyagból egy keveset hideg tányérba teszünk, és az ott nem folyik szét, hanem a gyümölcslén vékony hártya képződik, a kihűlés után pedig megkocsonyásodik.

3. Ha a besűrített anyagból hideg vízbe csöp-pentünk, a csepp nem oszlik szét, hanem a pohár fenekére süllyed.

## A KERTI VETEMÉNYEK ÉS GYÜMÖLCSÖK KONYHATECHNIKÁJA

A kerti vetemények és a gyümölcsök konzerválásánál egész sor konyhatechnikai műveletet alkalmazunk. Például: a nyersanyagot kiválogatjuk, megmossuk, szár-talanítjuk, hámozzuk, kimagozzuk, feldaraboljuk, kénez-zük, újra megmossuk, megszurkáljuk, előfőzzük, lecuk-rozzuk, üvegekbe rakjuk, felöntjük cukoroldattal, az üvegeket légmentesen elzárjuk, gyümölcsízek készítése-  
kor pedig a gyümölcsöt áttörjük, előcukrozzuk és besű-rítjük.

A műveleteknek hosszú sora ez. Azonban nem min-den esetben alkalmazzuk mindegyik műveletet, hanem a termésnek megfelelően választjuk meg azokat. Hang-súlyozom, hogy csak a megfelelően érett, kifogástalan, friss nyersanyag tulajdonságait őrizhetjük meg a tartó-sított készítményekben. Ha a főzelékféle vagy a gyü-mölcs nem egészséges, a konzerv a legnagyobb elővigyá-zatosság ellenére sem áll el, hanem rövid időn belül megromlik.

A konyhában mindenkor a legfontosabb a tiszta-ság. A konzerválásnál ez nemcsak az ízlés dolga, nem-csak egészségi követelmény, hanem minden tartósításnak alapfeltétele. Csak a lehető legnagyobb tisztaság segítsé-gével őrizhetjük meg készítményeinket a különféle mik-roorganizmusoktól, és akadályozhatjuk meg romlásukat. Ezért a szükséges edényeket, eszközöket, munkaasztalt stb. befőzés idején ne használjuk más célokra, még étke-zéshez sem. Ha a nyersanyagba egy szem idegen anyag kerül (pl: kenyérmorzsa), azonnal megindulhat az erje-dés és a bomlási folyamat. Nagyobb befőzések alkalmá-val már előző napon szerezzünk be minden hozzávalót, hogy a feldolgozáskor minden kéznél legyen és gyorsan dolgozhassunk. Csak a gyümölcsöt vagy a főzelékfélét vásároljuk az eltevés napján.

A befőzésnél használt edényeket lehetőleg ne használjuk más célra is, mert bármennyire vigyázunk, az edény láthatatlan repedéseibe beleszívódik a zsiradék, cukoroldat vagy más idegen anyag, ez pedig veszélyezteti a konzervek tartósságát. Használat előtt minden edényt ki kell súrolni, mégpedig lúgos vízzel (mosósószóda, esetleg szalmiákszesz oldatával). Ezután először tiszta vízzel, majd ecetes vízzel és ismét tiszta vízzel kiöblítjük. Nagyon ajánlatos, ha az így előkészített edényben tiszta vizet forralunk, és csak azután használjuk azt.

**1. A nyersanyag megválasztása.** Befőzéshez lehetőleg aznap szedett, friss, ép és romlatlan kerti veteményt vagy gyümölcsöt vegyünk. Az ilyen termények már konzerváló szerek nélkül is ellenállóbbak a baktériumokkal szemben, kevesebb lesz a hulladék, tehát olcsóbban jövünk ki még akkor is, ha drágábban vásároltuk a terményt.

A konzerváláshoz a kerti veteményeket zsenge, nem egészen érett állapotban vesszük. Az ilyen nyersanyag percek alatt konzerválható (tehát nem kell órákig vagy napokig ismételten főzni).

A zöldborsó legyen aprószemű, nedvdús fajta. A borsószem összenyomva ellapul, de nem válik ketté. A túlságosan fejletlen zöldborsó nem alkalmas a konzerválásra.

A zöldbab olyankor a legalkalmasabb, amikor a magképződés már megindult, de a szemek a hüvely két oldalán még nem domborodtak ki. Válasszunk hosszú, egyenes, húsos, széles és szálkamentes fajtát, mely négy perc alatt puhára fő.

Gyümölcsöt is csak teljesen kifogástalant tartósítunk. Ne vegyünk befőzéshez teljesen vagy túl érett gyümölcsöt, de a gyümölcs színe, illata, zamata és tápértéke már meglegyen. E szabály alól csak a befőzésre szánt zöld mandula és zöld dió a kivétel.

Befőzéshez a cseresznyefajták közül csakis a kései, piros, keményhúsú, ropogós duránci fajtából vegyünk, mégpedig szárával szedett, nagyszemű, legalább két centiméter átmérőjű gyümölcsöt.

A félérett őszibarackból minél nagyobb gyümölcsöt válasszunk befőzésre. Jól tartósítható a nem magvaváló (duránci) fajta is. A kései magvaváló fajták közül a nagy, izes, sárga, keményhúsú gyümölcsöt vegyük befőzésre.

**2. A kiválogatás.** A beszerzett nyersanyagból gondosan kiválogatjuk a hibás gyümölcsöt (foltosat, ütődöttet, férgeset, túl érettet). Tegyük ezt minél hamarabb, mert egyetlen hibás darab megfertőzheti az egész készletet, a megfertőzött gyümölcsből pedig nem kaphatunk tartós készítményt.

**3. A nyersanyag mosása.** A gyümölcsöt és főzelék-félét tartósítás előtt alaposan mossuk meg, hogy eltávolítsunk minden szennyet. A vizet többször váltsuk, és lehetőleg áramoltassuk át a terméken, mert az áramló víz magával ragadja a szennyet is. Nem jó a nyersanyagot sokáig mosni, mert ha a gyümölcs hosszabb ideig vízzel érintkezik, veszít zamatából és értékéből is. A víz, ahogyan mondani szoktuk, kilúgozza a gyümölcsöt. Mossuk tehát a terményt gyorsan, folyó vízzel, esetleg többször váltott vízzel. Előnyös, ha a mosóvíz langyos. Alapos mosással eltávolíthatjuk a nyersanyagban lévő baktériumoknak jó részét is. Mosás után lecsurgatjuk a vizet, és a mosott nyersanyagot rövid időre tiszta, zománcozott tálcára vagy szitára rakjuk, hogy a rátapadt víz felszáradjon.

Epret, málnát, ribizlit, szedret stb., általában a lágyszőrű, boggyótermésű gyümölcsöt tiszta szitába vagy tézta-szűrőbe tesszük, és többször váltott vízben, mártogatva vagy vízsgárral mossuk. A kézzel szedett friss málnát nem mossuk meg.

4. A szártalanítást kézzel végezzük. A szárat óvatosan megcsavarjuk, nehogy a szárral együtt a gyümölcs húsából is kitépjünk egy darabot.

5. A kimagozás módja a gyümölcsfajtától függ. A cseresznyét és a meggyet nem túl vastag, új hajtúvel magozzuk ki legjobban. A hajtút a szár helyén besüllyesztjük a gyümölcsbe, és kiemeljük vele a magot. A gyümölcs így nem sérül meg túlságosan. A duránci őszibarack kimagozását úgy végezzük, hogy először a mélyedésben magjáig körülvágjuk. Erős, hegyes kis késsel egyik oldalán, a mag körül szorosan vágva, kettévágjuk, majd a fél barackból a magot kivájjuk.

6. A megszurkálás. Ennek az a célja, hogy a héjastól és magostól eltett gyümölcs ne repedjen ki (pl. kisebb barack, ringló, szilva s.b.). Megszurkálással elősegítjük a gyümölcs és a felöntőlé, cukortartalmának kiegyenlítését, és megakadályozzuk a gyümölcs zsugorodását is. A gyümölcs vagy termény megszurkálását helyettesíthetjük néha behasítással is (a kovászos uborka elkészítésénél). A gyümölcs szurkálását a következő kis eszközzel gyorsan és kényelmesen végezhetjük: egy félbevágott parafa dugóba tűzzünk hat rozsdamentes, vastagabb gombostűt. Ezután visszahelyezzük a dugó másik felét, és a két fél dugót cérnával összeerősítjük.

7. A hámozás a leggyakoribb előkészítő művelet. Rozsdamentes, éles késsel végezzük. Rozsdás késtől megbarnul a gyümölcs. Hámozzuk a gyümölcsöt vékonyan és úgy, hogy hámozás után ne legyen szögletes. Gyorsabban és takarékosabban végezhetjük a hámozást különleges, rozsdamentes hámozókéssel. Egyes gyümölcsfélét forrázással is hámozhatunk. Ezzel sok időt és anyagot takaríthatunk meg. A sárgabarackot, szilvát és a paradicsomot néhány pillanatra forró vízbe dobjuk, majd szűrőkanállal kiemeljük, és éles, kis késsel a héját lehúzzuk. A héj még könnyebben távolítható el, ha a forró



vízből kivett gyümölcsöt hideg vízbe mártjuk. Az érett sárgabarack héját kénezés után húzzuk le.

**8. A darabolás.** A nyersanyagot tisztítás után daraboljuk fel. Ezáltal az előfőzésnél a nyersanyag előbb lesz rugalmas. A darabolás lehet negyedelés, szeletelés (alma, körte, narancs, citrom), felezés (barack), és reszelés (birsalma, ha sajtunk készítjük).

**9. A kénezésnek** többféle hatása van: egyrészt fertőtlenít és konzervál, másrészt fehérit, azaz színtartó, mert megakadályozza a termény megbarnulását, végül némi keményítő hatása is van.

A kén égetésekor képződő kéndioxid megöli a mikroorganizmusokat, ha elég hosszú ideig hat az előfőzés és gőzölés nélkül konzervált gyümölcsre és konyhakerti veteményre. Ha az előfőzött vagy dunsztolt gyümölcs színét meg akarjuk tartani, akkor a gyümölcsöt csak öt percig kénezzük.

A gyümölcsfélék megbarnulásának az az oka, hogy egyes anyagok oxidálódnak. A kéndioxid víz jelenlétében megakadályozza ezt az oxidációt, és színteleníti a már megbarnult anyagot. A fehéritést másképpen is végezhetjük. Ilyenkor más anyagok segítségével akadályozzuk meg az oxidációt. A gyümölcs megtartja világos színét akkor is, ha hámozás után citrommal azonnal áttöröljük, vagy borkósav oldatba mártott és kicsavart ruhába takarjuk. Esetleg néhány percre citromsav-oldatba rakjuk (egy liter vízre 1—2 gramm citromsav).

Világos marad a befőtt akkor is, ha a meghámozott vagy a felszeletelt gyümölcsöt gyorsan és kíméletesen előfőzzük, hogy a levegőn ne legyen ideje megbarnulni.

A fehéritésnél fontos, hogy minél gyorsabban dolgozzunk. Ha fehér húsú befőttet akarunk, akkor ezen kívül a végleges felöntő cukoroldat minden literjébe egy gramm citromsavat is feloldunk.

Ha a befőttet sterilizálni is akarjuk, elég ha öt per-  
cig kénezzük. A nyersen tartósított gyümölcsöt két órát  
kénezzük.

A kénezést így végezzük: megfelelő nagyságú, hibát-  
lan, zománczott tál közepére helyezünk tiszta bádoga-  
lemezt (konzervdoboz fedelét). A fémlap körül, a tál olda-  
lára úgy rakjuk fel a gyümölcsöt, hogy az ne omoljék  
majd le. Ezután a fémlemezre helyezzük a V alakban  
összehajtott kénlapot és meggyújtjuk (15 kg termékre  
egy kénlapot számítunk. A kénlapot hordók kénezésére  
is használják. Nagyon olcsó. A kén mennyiségét a gyü-  
mölc s mennyiségéhez szabjuk). A tálat most egy ráillő,  
előre elkészített fedővel leborítjuk, az egészet pedig  
azonnal valami vastagabb ruhával (vasalópokróccal) szo-  
rosan letakarjuk. Így hagyjuk a későbbi eljárásoknak  
megfelelően vagy teljes két óra hosszat, vagy csak öt  
percig. A kénezést lehetőleg szellős helyiségben végez-  
zük, de legjobb szabadban. A kénezés után az anyagot  
kitakarjuk, és pár percig szellőzzük, majd tiszta tézta-  
szűrőbe szedjük és hideg vízbe mártogatva, többször  
váltott vízben addig mossuk, míg kénszagát elveszti. Mi-  
után a fölösleges vizet a készítményről lecsurgattuk, még  
egyszer átöblítjük, mégpedig a gyümölcsféléket kevés  
citromos vízben (a citrom vékony héját is beledarabol-  
juk), a főzelékféléket pedig gyenge ecetes vízben.

**10. Az előfőzés.** A tiszta, mosott, esetleg kénezett  
gyümölcsöt az előkészítés után rövid ideig főzzük. Ezt a  
folyamatot előfőzésnek nevezzük. Célja az, hogy a nyers-  
anyagot véglegesen előkészítse és rugalmassá tegye. Az  
előfőzés csak nagyon rövid ideig tartson. Nehogy agyon-  
főzzük a gyümölcsöt, mert az akkor elpuhul, veszít za-  
matából, tápértékéből és vitamintartalmából.

A cseresznyét és a meggyet forró szirupba tesszük,  
és csak addig hagyjuk benne, amíg újra forrni kezd. A  
kimagozott gyümölcsöt főzés nélkül, 5—10 percig tartjuk  
a forró szirupban.

A keményebb húsú gyümölcsöt (barackot stb.) csak forrásig hagyjuk a forró cukoroldatban, vagy csak addig, amíg egyet forr.

Előfőzéskor a főzelékfélét teljesen lepje el a főzővíz, sőt fedjük be az edényt, hogy a készítmény minél kevésbé érintkezhesen a levegővel.

Míg az előfőzés tart, ne foglalkozzunk semmi mással.

Az előfőzés befejezését csak kellő gyakorlattal állapíthatjuk meg. Az előfőzést addig végezzük, míg a készítmény rugalmassá, de nem puhává válik. Ezt úgy állapítjuk meg, hogy a főzetből egy darabkát kivesszünk, hideg vízbe mártjuk, és lehűtés után meghajlítjuk. Ha a darab már nem kemény, nem merev és nem törik, hanem rugalmas, azonnal befejezzük az előfőzést, és lyukas kanállal kiszedjük a gyümölcsöt a folyadékból.

Az előfőzéshez használt vízbe a cukron kívül sokszor citromlevet is teszünk (literenként 2 dekagrammot), a főzelékfélék vizéhez pedig utólag tesszük a szükséges sót, cukrot és ecetet. Minderről az egyes készítményeknél részletesen szólnak.

Az előfőzött készítményeket még forrón rakjuk az üvegekbe. Ügyeljünk, hogy ekkor is fűgén dolgozzunk, és a készítmény ne érintkezék hosszabb ideig levegővel. Ne feledjük el, hogy a levegőben rengeteg a mikroba, az előfőzéssel pedig a gyümölcsön lévő mikroorganizmusok jó részét már elpusztítottuk.

A lazaszövetű, lágyhúsú, meleg hatására összezsugorodó bogyófélét nem szoktuk előfőzni. Ezeknek eltevését külön ismertetjük.

Az előfőzéshez használt borecetes, citromleves vagy citromsavas lét nem dobjuk el, hanem a konzerválás folyamán legtöbbször felhasználjuk.

**11. A húzatás.** Húzatásnak nevezzük azt a folyamatot, amikor a gyümölcsöt megfelelő töménységű cukoroldatban tartjuk. Célja, hogy az előfőzéssel megfelelően előkészített gyümölcsbe cukrot juttassunk. Húzatáskor a

gyümölcs sejtnedvének egy része (szint és ízt adó anyagok, valamint ásványi sók) a cukoroldatba kerül, a sejt-közökbe és a sejtekbe pedig cukoroldat lép. Húzatáskor tulajdonképpen diffúziós jelenségről van szó.

Befőtteknél általában egy-két húzatást alkalmazunk. A sűrű, cukros gyümölcsöknél a húzatást egy héten át naponta ismételjük. Amikor az előző napon felöntött cukorszörp a gyümölcs nedvtartalmától másnapra már nem hígul fel, befejezzük a húzatást. A húzatás folyamán a gyümölcs nedvtartalmának jó része fokozatosan kiszorul és helyét átadja a cukoroldatnak. Ez a cukoroldat a sejteket szilárdabbá, ellenállóbbá teszi, a gyümölcs pedig áttetsző és ropogós lesz. Az ily módon cukrozott gyümölcs nem romlik akkor sem, ha nem zárjuk el az üveget légmentesen, hanem egyszerűen csak leföldjük.

**12. A cukoroldatok (cukorszörp, cukorszirup) készítése.** A cukor hideg vízben is elég jól oldódik. Ilyenkor egy kg cukorhoz  $\frac{1}{2}$  liter vizet veszünk. Forró vízben a cukor még könnyebben oldódik; egy kg cukor oldásához kb. 2 dl forró vízre van szükségünk. Ha egy kg cukrot feloldunk, valamivel több mint fél liter folyadék lesz belőle (tehát egy kg cukor négy deciliter vízben oldva kb. egy liter cukoroldatot ad). Különböző gyümölcsfajták befőzésénél különböző töménységű cukoroldatot használunk.

A cukoroldatot úgy készítjük, hogy a megfelelő mennyiségű vizet tiszta, hibátlan zománcozott edényben felforraljuk, a forró vízbe beleöntjük a szükséges cukrot, és az egészet lassú keverés közben egy-két percig forni hagyjuk. Közben az összegyülemelő habot kanállal leszedjük. Ne főzzük a cukoroldatot hosszabb ideig, mert karamellizálódik és megsárgul. Ha valamilyen okból a cukoroldatot hosszabb ideig kell főznünk, fedjük le az edényt, hogy minél kevesebb víz párologjon el, és az oldat ne legyen a kelleténél töményebb.

Ami a cukoroldat töménységét illeti, erre vonatkozólag nehéz meghatározott adatot adni, hiszen sokban ízlésünktől is függ. Literenként azonban ne vegyünk kevesebbet 16 dkg cukornál, mert különben a készítmény nem lesz tartós. A legtöbb esetben a cukor mennyisége literenként harminc és ötven dekagramm között van.

A cukoroldatot forralással sűrítjük be. A recepteknél helyenként gyöngyözőre főtt cukoroldatról lesz szó. Ez alatt az olyan cukoroldatot értjük, amelyet addig forralunk, míg a folyadék apró, sűrű szemekben, gyöngyözve nem forr. Egyes esetekben addig sűrítjük a cukoroldatot, míg hólyagosan nem forr, más esetben viszont (birsalmasajt készítésénél), míg grizessé nem válik, de mindig ügyeljünk arra, hogy a cukor ne karamellizálódjon, ne sárguljon meg.

Ami a befőzésre használt cukor minőségét illeti, csak arra kell ügyelnünk, hogy a felhasznált cukor tiszta legyen. Gyakorlatilag mindegy, hogy kristály-, kocka- vagy porcukrot használunk-e. Mindenesetre jobb kockacukorral dolgozni, és a porcukrot is házilag abból törni.

**13. Az áttörés vagy passzírozás tulajdonképpen arra szolgál, hogy a gyümölcsöt egyöntetűvé tegyük.** Ma már aránylag olcsón kaphatunk passzírozógépet, ami különösen paradicsom befőzéskor használható. Különben az áttörést leggyakrabban kézzel végezzük, passzírozón, erőszálú szitán, fagomba segítségével (esetleg domború fakanállal vagy kézzel). Az áttört anyagot nagyobb, tiszta edénybe gyűjtjük.

**14. A besűrítés** arra szolgál, hogy a készítményből a víz'artalom egy részét elpárologtassuk. A besűrítéssel kapcsolatban a pektinféléknél már bővebben beszéltünk.

**15. Az üvegedények kezelése.** Még a legtisztábban elrakott üvegedényeket is használat előtt legalább két órával meg kell mosni. A hibátlan üvegedényeket fém-

lapra állítjuk, forró vízzel óvatosan és igen gondosan ki-mossuk, majd forró vízzel kiöblítjük, kicsurgatjuk és lefelé fordítva, tiszta ruhával bélelt kosárba rakjuk. Ügyeljünk arra is, hogy az üvegedény használatkor száraz legyen. A mosott üvegeket ne töröljük ki, mert ezáltal fertőző és romlást okozó csírákat vihetünk beléjük. Ezt pedig szabad szemmel nem lehet észrevenni. A tiszta edényeket csak kívülről fogjuk meg. A piszkos üveget mosás előtt langyos szódaoldatba áztassuk (egy liter vízre 1—2 dkg mosószóda), hogy a szenny feloldódjon. Utána bő vízben fakanálra csavart tiszta ruhával alaposan ki-mossuk az üvegeket, végül pedig ecetes vízzel kiöblítjük azokat. Az így megtisztított üvegeket a már említett módon kezeljük tovább. Hogy az új palackok a meleg hatására kevésbé repedjenek, használat előtt az üvegeket töltsük meg hideg vízzel, azután nagyobb, hideg vízzel telt edénybe helyezük őket, és tűzön lassan forrásba hozzuk. Rövid forralás után az edényt levesszük a tűzről, és megvárjuk míg teljesen kihűl. A lassú felmelegítés és hűtés által a palackokban a feszültség kiegyenlítődik és nem repednek olyan könnyen. Az ily módon előkészített új üvegeket azután a rendes módon kezeljük és használjuk.

**16. Az üvegbe töltés.** Az előkészített gyümölcsöt vagy főzelékfélét szorosan, de préselés nélkül töltjük az üvegekbe. Ha az anyagot bepréseljük, nem járhatja át a felöntőlé, így légbuborékok maradhatnak benne, ami feltétlenül a tartósság rovására megy. Ügyeljünk az üveg töltésénél arra is, hogy készítményeink tetszetősek legyenek.

Az előkészített cseresznyéről lecsurgatjuk a vizet, és mindig csak fél maroknyit töltünk egyszerre az üvegbe. Közben az üveg alját bal tenyerünkkel tartott, összehajtott konyharuhához ütögetjük, hogy a szemek szorosabban és szabályosabban helyezkedhessenek el.

A barackfélék üvegbe töltésénél ügyeljünk, hogy az egyes darabok között ne maradjon nagyobb űr. Helyezzük el a megfelelő barackot domború oldalával kifelé, soronként és körbe. Rozsdamentes villával dolgozzunk.

Ha forró készítményt kell üvegbe tölteni, akkor vagy előre megmelegítjük az üveget, vagy pedig féntálcára vagy fémlapra állítjuk, és úgy töltjük bele a forró anyagot.

17. Az üvegek zárása. Ez a házilag végzett konzerválás egyik legfontosabb része. Mielőtt az üvegeket lezáránánk, gondosan el kell távolítani a pereméről minden odatapadt anyagot (nedvességet, cukros lét, gyümölcsrészeszkéket, stb.) Ezért az üveg peremét óvatosan, forralt vízbe vagy alkoholba mártott, tiszta ruhával megtisztítjuk, azután szárazra töröljük, és végül szalicil alkoholos oldatával áttöröljük. Az üveg lezárásához két celofánhártyát használunk. Szabjuk ki a dupla celofánt a szükséges méretre, mártsuk  $\frac{1}{2}$  százalékos szaliciloldatba (1 g szalicil 2 dl vízre), simítsuk ki tiszta, száraz ruhával, helyezzük az üveg nyílására úgy, hogy hozzásimuljon a peremhez. Ezután bal kezünkkel az üveg nyakához szorítjuk, de nem feszítjük túlságosan, különben a gőzölésnél könnyen reped. A celofán lekötéséhez vegyünk mielőbb jobb minőségű, vékony spárgát. Ezt négyszer-ötször szorosán csavarjuk az üveg körül és kössük meg. Újabban mind gyakrabban használunk gumit spárga helyett. A gumigyűrűket minden szaküzletben megvásárolhatjuk. Használatuk kényelmes és olcsó. Egy üvegre két gumigyűrűt vegyünk. Az üveg lezárásához használhatunk pergament is, a celofán azonban megfelelőbb. A celofán nem zár légmentesen, a pergamen még kevésbé. A mikrobák ugyan nem jutnak át pórusaikon, de a készítmény víztartalmának egy része elpárologhat. Ezért a kész befőttet utólag még zsírpapírral is le kell kötni. Így megakadályozzuk a beszáradását. A sós vízben eltett uborkát, paradicsomot, főzelékfélét marhabéllel zárjuk. Használat előtt

a száraz marhabelet darabokra szabjuk, pár percig langyos, ecetes vízben áztatjuk, majd megtöröljük és lezárjuk vele az üveget úgy, ahogyan azt az előbb leírtuk. A marhabél kitűnően zár. Paradicsom befőzésnél a palackok zárására szintén marhabelet használunk. Az ecetes vízben áztatott marhabélre szalicilos vízben áztatott celofánt simítunk és ezzel a kettős hárttyával a palack nyílását leragasztjuk. A nedves marhabél ugyanis a meleg üvegre rátapad. A hárttya lekötéséhez gumigyűrűt is vehetünk.

Patent- (kapcsos) üveg használatánál tudnunk kell a következőket: a megtöltött üvegeket gőzölés előtt a gőzölő edényben a víz gyöngyözéséig nyitva melegítjük, vagyis addig, míg az üvegben az anyag átforrósodik és légbuborékok szállnak ki belőle. Csak ezután zárjuk le az üveget fedelével, majd tovább úgy végezzük a sterilizálást, mint a celofánnal zárt üvegeknél. Gőzöléskor a patent-üvegekben a levegő kitágul, egy része kiáramlik az üvegből, ezért lehűléskor az üvegben légritkított tér képződik. Ennek következtében a külső levegő nyomása annyira szorítja a fedőt az üvegre, hogy azt pusztá kézzel nem is lehet leemelni. Ha az ily módon légmentesen zárt üveg fedelét le akarjuk venni, először a gumigyűrűt kell annyira kihúzni, hogy a külső levegő behatolhasson az üvegbe, és a légnyomás kiegyenlítődjék. Szárazgőzölésnél az üvegeket úgy töltjük tele, hogy a konzerv felett minél kevesebb levegő maradjon.

Légmentesítés csak ritkán, néhány kényesebb konzervnél szükséges. Pl. az üvegbe töltött zöldborsó vagy a csiperkegomba között, légbuborékok alakjában levegő húzódik meg. Ez a levegő a lezárás előtt, forró vízbe állított, forrón betöltött üvegből gyorsan, percek alatt kiszabadul és kiszáll.

**18. A gőzölés vagy dunsztolás.** Ezzel a fontos művelettel csíramentessé, sterillé tesszük készítményünket. A



jól lezárt üvegeket megfelelő nagyságú fazékba állítjuk, melynek fenekére átluggatott deszka- vagy lezonitlapot helyeztünk. Hogy az üvegek ne ütődhessenek egymáshoz, mindegyikre két gumigyűrűt húzunk, vagy mindegyiket papírba burkoljuk. Ezután, ha az üvegek tartalma meleg, akkor meleg vizet, ha hideg, akkor hideg vizet öntünk a fazékba úgy, hogy a vízszint mintegy három ujjnyival legyen alacsonyabb az üveg pereménél. Az üvegek tetejére erősen kicsavart nedves ruhát vagy nedves papírt terítünk, a gőzölőedényt pedig fedővel lefedjük. A vizet most lassan melegítjük, és gyöngyöző forrásban tartjuk addig, míg erre szükség van. Ahányféle a gyümölcs, annyiféle a gőzölés időtartama. Az időt mindig attól a pillanattól számítjuk, amikor az üvegek a víz forrása következtében kissé mozogni kezdenek. Meggy, barackfélék, eper és málna befőzésénél, ha az üvegeket megfelelő ideig (5 percig) gőzöltük, ruhával kiemeljük a vízből, deszkára, fapadlóra vagy asztallapra állítjuk és kicsit betakarjuk, hogy lassan hűljenek. Más gyümölcsnél a dunsztolás befejezése után a fazekat a tűzről levesszük, az üvegek tetejéről eltávolítjuk a nedves ruhát, majd az egészet vastag pokróccal betakarjuk és langyosra hűtjük. Ezután az üvegeket óvatosan, rázás nélkül kivesszük az edényből, szárazra töröljük, és címkét ragasztunk rájuk. A címkére feljegyezzük a készítés idejét és módját, hogy a befőzéssel kapcsolatos tapasztalatokat később is felhasználhassuk. A kamrába csak teljesen kihűlt konzervet vigyünk, melynek zárólapja is száraz. A zárópapírt még egy réteg tiszta papírral is leköthetjük, hogy az esetleg jelentkező rovarokat távoltartsuk.

**19. Csírátlánítás alacsonyabb hőmérsékleten (szárazgőzölés).** A gőzöléssel végzett befőzésnél magas hőmérsékleten rövidebb idő alatt végezzük a csírátlánítást, a szárazgőzölésnél alacsonyabb hőmérsékleten, hosszabb ideig tart a csírátlánítás. Csaknem minden készítmény,

még a zöldborsó is, ezzel az eljárással jól sterilizálható. Ha a sterilizálásnak ezt a módját alkalmazzuk, tartsunk mindent kéznél, ami az üvegek gyors lezárásához szükséges, és készítsük elő a melegítő ládát is. Melegítő ládát úgy készíthetünk, hogy ládát vagy fateknőt hőszigetelő anyaggal bélelünk ki, és hőszigetelő takaróval látjuk el. Hőszigetelőként használhatunk vastag pokrócot, puha dunnát, esetleg párnát is.

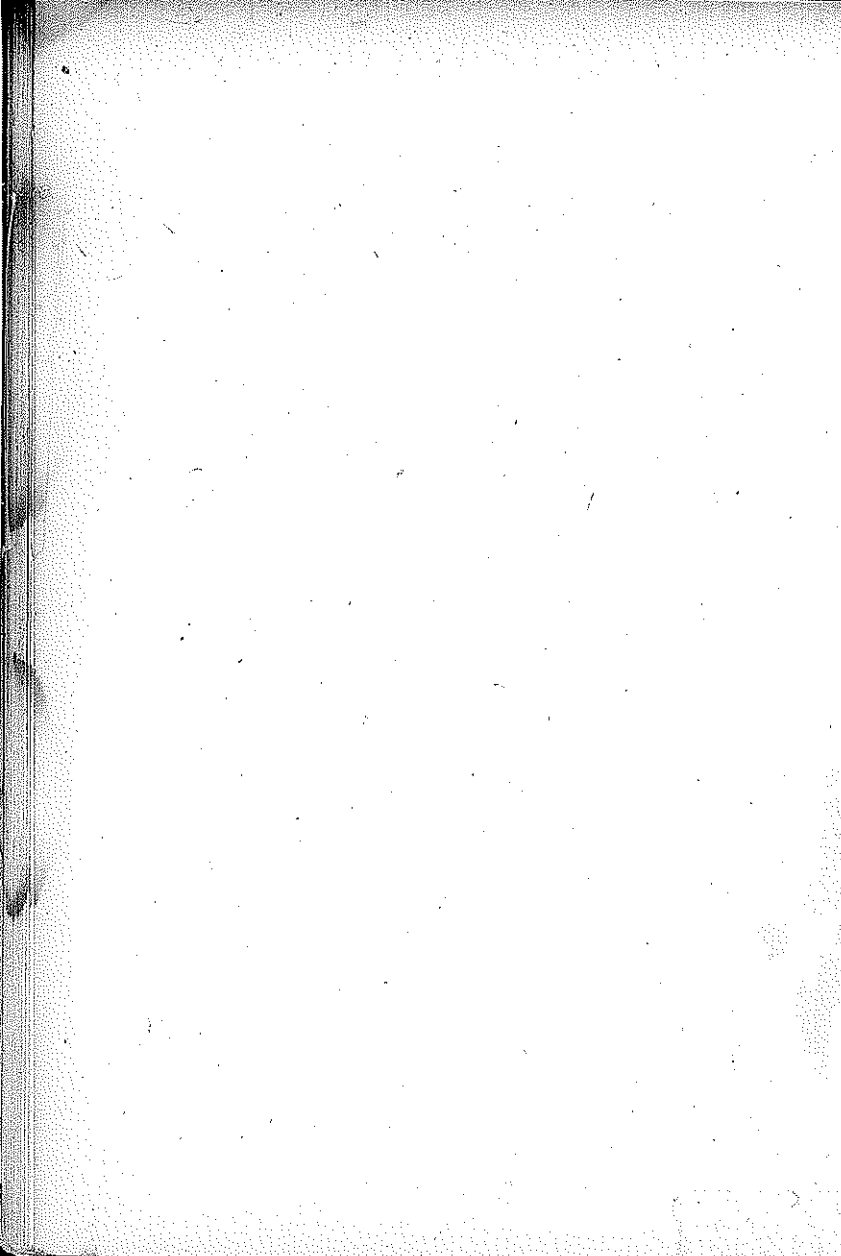
A sterilizálást úgy végezzük, hogy a forró előfőzött anyaggal az üvegeket színültig töltjük, késedelem nélkül lezárjuk, és azonnal szorosán egymás mellé, a melegítő ládába állítjuk, majd pokróccal leborítjuk. A melegítő ládában a befőtt csak lassan hűl, közben a baktériumok elpusztulnak. A készítményeket huszonnégy óráig hagyjuk a melegítő ládában, utána pedig úgy kezeljük, ahogyan a gőzölésnél már leírtuk.

**20. A tárolás.** Befőtteinket lehetőleg száraz, hűvös helyen, melegtől, fagytól és gőztől óvott kamrában tároljuk. Napot ne kapjanak, de friss levegőt minél többet. Nyáron sötét anyagból készült függönyt tegyünk az ablakra. Az ablakot tartsuk állandóan nyitva (nyáron csak éjen át). Nedves idő esetén csukjuk be az ablakot és csak a szellőztető nyílást hagyjuk nyitva. Ne tartsuk befőtteinket túl magas polcokon, mert ott mindig magasabb a hőmérséklet. Időnként ellenőrizzük befőtteinket. A legkisebb romlás esetén is bontsuk fel az üveget, ízleljük meg tartalmát és ha még ehető, főzzük fel, zárjuk le új celofánnal, és tegyük szárazgőzbe. Ugyanezt tesszük az erjedésnek indult nyers befőttel is. Kezdődő penészedésnél a penészt a környező résszel együtt kanállal eltávolítjuk és sterilizáljuk. Penészedő gyümölcsízokről eltávolítjuk a felső réteget, a maradék tetejét pedig alkoholos benzoe-savas nátrium vagy szalicil cukros oldattal kezeljük (1/2 dl forró víz, 10 dkg cukor, 1 dl szesz

és egy gramm szalicil). Ugyanígy járunk el a sós, szalicilos oldattal a penészedő főzelék-konzervekkel is.

A nyirkos éléskamrákat félévenként ki kell kénézni (zárt ajtó és zárt ablak mellett egy éjszakán át hasson a kéndioxid). Az ilyen éléskamrákban ne állítsuk a polcokat közvetlenül a fal mellé. Lúgos anyagokat és szappant ne tartsunk az éléskamrában.

# RECEPTGYŰJTEMÉNY



## I. KERTI VETEMÉNYEK ELTEVÉSE ÉS TARTÓSÍTÁSA

### 1. PÁROLT FŐZELÉKEK

A zöldborsó eltevése mindig kényes feladat. Pedig ízletes és tartós konzerv készíthető belőle. Konzerváláshoz csakis gyenge, aprószemű, frissen szedett cukorborstót vegyünk. Az érettebb, a lisztes csakhamar megerjed és elromlik. A borsót kifejtjük, hüvelyét kevés vízben tisztára mossuk, félpuhára megfőzzük, leszűrjük, kissé ülepedni hagyjuk, majd a ritka lét lábasba öntjük és újra felforraljuk. Közben megmossuk a lecsurgatott, lehetőleg egyenlő nagyságú borsószemeket, majd beleteszük a forrásban lévő lébe. Ha újból forni kezd, 5 percig forni hagyjuk. Ezután szűrőkanállal a forró borsót tisztára mosott, száraz, szűkebb szájú, jól zárható patent- vagy tejesüvegekbe töltjük. Az üveget vízben óvatosan előmelegítjük, vagy fémre állítjuk. Erre a célra ne használjunk literesnél nagyobb edényeket. Az üveget töltés közben folytonosan rázogassuk és csak háromnegyed magasságig töltjük borsóval.

Közben az előfőző lé leülepedett. Most a tiszta, előfőző levét ismét felforraljuk, literenként 1 dkg cukorral,

ugyanannyi ecettel és egy csipet sóval izesítjük, és forrás közben a forró borsóra öntjük. Ha az üvegben a borsó kihűlt volna, ajánlatos a levét visszaönteni az edénybe, forralás után újra ráönteni, hogy amikor az üveget légmentesítés végett forró vízbe állítjuk, ne pattanjon el. Az üvegeket színültig töltjük meg a lével, és lezáratlanul helyezzük a gőzölő edénybe, amelyben a vizet forrásban tartjuk. A forró víz kb. háromnegyed részét lepje el az üvegnek. Tűzön 8 percig forraljuk. Ha a felöntölé közben lepadna, a forró előfőző lével, vagy ha ilyen már nincsen egy százalékos forró sós vízzel (egy liter víz — egy dkg só) újból színültig töltjük az üvegeket, majd megbillentve kivesszük őket a gőzölőből, és óvatosan asztallapra állítjuk. Ezután minden üvegbe, a folyadék tetejére késhegynyi szalicilt teszünk, majd az üveget patent-zárral vagy kettős celofánnal és egy réteg marhabéllel légmentesen lezárjuk, és nyomban 24 órára szárazgőzbe állítjuk. A zöldborsó befőzési ideje június eleje vagy szeptember hó.

**A zöldbab eltevése.** Befőzésre kétféle zöldbab alkalmas: a hengeres, ívelt hüvelyű, sárga színű vajbab (bokorbab) és az egyenes hüvelyű, sárgás vagy zöldes-fehér karósbab. Mindkét fajta szálkamentes legyen, a szem pedig alig gombostűfejnyi. A zöldbab két végét letöröljük vagy levágjuk, közben az esetleges szálkákat eltávolítjuk. Ezután a babot forró vízben, lapos szűrőkanál segítségével óvatosan és gyorsan kétszer-háromszor megmossuk (a hideg vízben mosott zöldbab kemény lesz). A zöldbabot egészben vagy pedig hasítva, illetőleg keresztbe vágva egy-két centiméteres darabokban tesszük el. Ezután annyi előfőző vizet forralunk, amennyi a babot ellepi, majd a babot részletekben beletesszük, nehogy közben a víz forrása megszűnjön. Az ilyen zöldbabot pontosan 4 percig főzzük, majd szűrőkanállal rögtön szedjük ki a léből, és nyomban előmelegített vagy fémlapra állított üvegekbe rakjuk. Ügyeljünk arra, hogy a

bab az üvegben szorosán és egyenletesen helyezkedjen el, de ne nyomkodjuk le. Most az előfőző vízbe literenként 1 dkg sót, 1 dkg cukrot és 1—2 dkg ecetet teszünk, felforraljuk és még forrás közben, a még forró babra öntjük. A felöntéshez használt lé a babot egy-két ujjnyira lepje el. Minden üvegbe késhegynyi szalicilt vagy benzoe-savas nátriumot tehetünk, de ha gyorsan dolgoztunk, és az üveget patentzárral vagy celofánnal és marhabéllel légmentesen elzártuk, akkor ez felesleges. A lé betöltése után az üvegeket azonnal zárjuk le és 24 órára állítsuk szárazgőzbe.

Felhasználáskor a konzervált zöldbab vagy zöldborsó mártását a saját levével engedjük fel, de főzni már nem kell, mert elég puha.

A zöldbab befőzési ideje július hó vagy szeptember első fele.

**Lecsó télire.** Lehetőleg augusztus 20 és szeptember 10 között tegyük el, mert később a paradicsom már savanykás ízű. Készítéséhez használjunk vékonyhájú, érett, édes almaparadicsomot, és kellően beérett, vastaghúsú, színes paprikát, tehát vegyesen fehér, sárga, zöld és piros színűt. Ügyeljünk, hogy a paprika ne legyen erős. 1 kg tisztított paprikához  $\frac{1}{2}$  kg paradicsomot veszünk. A paprikát gyorsan és alaposan megmossuk, a magházat eltávolítjuk, és kivágjuk a paprika erét is. Utána bő, hideg vízben újra megmossuk, majd lecsurgatjuk, és hosszában 3—4 cm széles gerezdekre szeleteljük. Szeletelés után ismét mossuk meg hideg vízben, és csurgassuk le. A mosott paradicsomot 1—2 percig előfőzzük, héját lehúzzuk, és felébe vágva a magját nagyjából kiszedjük. A paradicsomhúst széles lábasba rakjuk, főzni tesszük és ha egyet forrt, beledobjuk a szeletelt paprikát is. Csak kb. két percig főzzük. Kilogrammonként 1 dkg sóval és 1 dkg cukorral ízesítjük, és forrón, a szokott módon üvegekbe töltjük úgy, hogy a színes paprika



darabokat rozsdamentes villa segítségével tetszetősen az üveg oldalához simítjuk, majd a forró paradicsommal színültig megtöltjük. A palackokat celofánnal és marhabéllal azonnal lezárjuk, és szárazgőzbe állítjuk.

Felhasználáskor puhára párolt vöröshagymával csak egyszer kell felfőzni.

**Tölteni való paprika paradicsomban.** Töltésre alkalmas, ép, nagy, tompavégű, vastaghúsú paprikát a száránál körülvágjuk, magházát kiszedjük és kierezzük. Az így előkészített paprikát megmossuk, lecsurgatjuk, és a forrásban lévő paradicsomba téve az első forrásig előfőzzük. Ezután a paprikát kiszedjük, három darabot gyorsan egymásba csúsztatunk és fémre állított, egy literes, magasnyakú üvegbe rakjuk. Egy üvegbe három ilyen háromszoros paprikát teszünk, mégpedig nyílással felfelé. Közben újra felforraljuk az előfőzésre használt paradicsomlevet, és ezzel színültig megtöltjük az üveget. A további eljárás ugyanaz, mint a lecsónál.

## 2. SÜRÍTETT KÉSZÍTMÉNYEK

**Paradicsompüré.** Az érett, édes almaparadicsomot egy-két percig előfőzzük, héját lehúzzuk, magját kirázzuk, húsát lábasban addig főzzük, míg teljesen forr. Ekkor azonnal üvegbe töltjük, a színültig töltött üvegeket kettős celofánnal és marhabéllal zárjuk, majd haldéktalanul 24 órára szárazgőzbe állítjuk. Készítményünk kitűnő ételízestítő és paradicsomos ételekhez is felhasználható.

**Paradicsomos paprika.** A teljesen érett, piros, vastaghúsú paprika szárát megkurtítjuk, gyorsan megmossuk, és a tűzhelyen vagy sütőben, jól beolajozott, lapos edényben, erős tűz mellett minden oldaláról barnára

sütjük és még forrón egy nagyobb lábasba rakjuk. A lábast fedővel letakarjuk. Ebben a paprika saját gőzétől tovább puhul.

A húsos, érett almaparadicsomot 1—2 percig előfőzzük, és ugyancsak fedő alá lábasba rakjuk, hogy saját gőzétől tovább puhuljon. Ezután a megpuhult paprika külső hártáját lehúzzuk, tiszta deszkán vagy porcelán tálon a paprikát kettévágjuk, magházát és a szárát eltávolítjuk és kierezzük. Az így előkészített paprikából a levét lecsurgatjuk. Az előfőzött paradicsom héját lehúzzuk, a paradicsomot kettévágjuk, kimagozzuk, majd lecsurgatjuk. Ezután a paprikát és a paradicsomot vegyesen átdaráljuk, és kilogrammonként 5 dkg forró olajat, 1 dkg cukrot és 1 dkg sót adunk hozzá. A pépet ezután széles, lapos lábasban pár percig forraljuk és üvegekbe töltjük. Az üvegeket nem töltjük színültig, hanem csak annyira, hogy a készítmény tetejére még egy ujjnyi meleg olajat is önthessünk és ezáltal tökéletesen elzárjuk a levegőtől. Az üvegek elzárása és gőzölgése ugyanúgy történik, mint az előbbi készítményeknél. Tálalás előtt, ízlés szerint mustárt és finomra vágott vöröshagymát keverünk hozzá.

A paprikát ugyanígy eltehetjük magában is, azaz paradicsom nélkül. Kevés ecettel és olvasztott mézzel ízesítjük. Hideg vagy meleg húsok mellé tálaljuk, de kenyéren is kitűnő.

**Ajvár.** Az ajvárhoz hosszúkás, sötétlila, frissen szedett, egészséges, érett kékparadicsomot használunk. Lehetőleg vastaghúsú, édes, pirospaprikát válasszunk hozzá, de felhasználhatjuk a vastaghúsú magháználkül árusított paprikát is. A paprikát úgy készítsük elő, ahogyan azt a paradicsomos paprikánál már leírtuk. A kékparadicsomot megmossuk, szárát levágjuk, és a tűzhegyen ugyanúgy megsütjük, mint a paprikát, de közben lábasban leborítjuk. Ügyeljünk, hogy a forgatáskor a

gőz meg ne égesse a kezünket. Egy-egy kékparadicsomra 6-12 darab paprikát számítunk, ízlésünknek megfelelően. Sütés után a kékparadicsommal együtt a paprikát szintén lábasba rakjuk. A kékparadicsom lila héját leszedjük, az előkészített, lehéjazott kékparadicsomot, valamint a kimagozott és lecsurgatott paprikát húsdarálón ledaráljuk. Az ajvár minden kilogrammjára 5 dkg olajat melegítünk, a pépet hozzákeverjük, majd hozzáteszünk kilogrammonként 1 dkg sót és 1 dkg cukrot. Állandó keverés mellett csak addig főzzük, míg jól összeforr. Ezután az ismert módon üvegbe töltjük, olajréteggel légmentesítjük, majd celofánnal és marhabéllel lekötve azonnal szárazgőzbe állítjuk. A készítmény nagyon ízletes és tartós. Egy-két hétig még felnyitva is eláll.

### 3. OLAJBAN TARTÓSÍTOTT KÉSZÍTMÉNYEK

**Paprika olajban.** A paprikát úgy válasszuk meg és úgy készítjük elő, ahogyan a lecsónál már leírtuk. Lábasban olajat forrósítunk és a paprika darabokat benne mindkét oldalukról átsütjük. Annyi olajat vegyünk, hogy a paprikát kényelmesen forgathassuk benne, és végül az üvegben a paprikát teljesen ellephesse. A készítményt forrón kettős celofánnal zárjuk és szárazgőzbe tesszük. A készítmény igen ízletes. Ecettel és hagymával ízesítve salátaként tálaljuk, olaja pedig ételek ízesítésére használható.

**Petrezselyem vagy zeller zöldje olajban.** A petrezselyem olajban tartósítva sokkal ízletesebb, mint sóban vagy szárítva. A friss, üde, zöld színű petrezselyemlevél hegyét a szárról lecsípjük, megmossuk, lecsurgatjuk és széttergetve megszáritjuk. Mély, másfél- vagy kélliteres lábasban 2—3 ujjnyi olajat forrósítunk, ugyanúgy, mint

a rántott húshoz, de ne füstölögjön, mert akkor az olaj felbomlik. A forró olajba kevés petrezselymet dobunk, majd a lábast azonnal fődjük le. Ha túl sok petrezselymet dobunk az olajba, akkor a petrezselyem nem sül, hanem fő, ha pedig túl keveset teszünk bele, akkor hirtelen megbarnul. Egy pillanat múlva a fedőt levesszük, a lecsapódott vízpárát tiszta ruhával letöröljük, hogy a víz ne csepegjen a forró olajba. A petrezselymet villával megkeverjük, és lapos szűrőkanállal azonnal kiszedjük. Az egész művelet csak pillanatokig tartson, különben a petrezselyem elveszti szép zöld színét és zamatát. Ha a petrezselymet ily módon kisebb adagokban kirántottuk, akkor villával apróra törjük, kis üvegbe tesszük, az olajat pedig ráöntjük, hogy teljesen elfedje. Ugyanígy tartósíthatjuk a zellerlevelet is.

**Sóska olajban.** Frissen, tisztán, levelenként szedett, kerti sóskaát váltott, bő vízben tisztára mosunk, a vizet lecsurgatjuk róla, a levélgyeleteket lecsipkedjük, a sóskaát pedig összevágjuk. Kilogrammonként 3—4 dkg olajat számítva, a sóskaát meleg olajba tesszük és fedő alatt pároljuk. Főzés közben rozsdamentes villával sima pépé törjük, és forrón, sózás nélkül üvegbe töltjük. Tetejére vékony réteg olajat vagy zsírt öntünk, celofánnal és marhabéllel zárjuk és másnapig szárazgőzbe állítjuk. Télen zsír nélkül, tojással vagy tejföllel tetszés szerint behabarjuk. Befőzési ideje május és június hó.

#### 4. A PARADICSOM BEFŐZÉSE

Konzerválásra a legalkalmasabb az almaparadicsom, a legmegfelelőbb befőzési idő pedig augusztus 20 és szeptember elseje között van, mert ekkor már teljesen érett, de nem túl érett a paradicsom, tehát elég édes és sok pektint tartalmaz. Az ilyen paradicsom szalicil nél-

kül is konzerválható. Eltevéshez csak egészséges, ép, legalább 4—5 cm átmérőjű paradicsomot vegyünk.

A paradicsomról leszedjük a zöld szárrészeket, többször váltott vízben megmossuk. Közben jól fedhető, nagyobb edényben egy liter vizet forralunk, és benne megpuhítjuk azt a paprikát, amit a paradicsomba akarunk tenni. Tíz kilogramm paradicsomra vegyünk  $\frac{1}{2}$ —1 kg vastaghúsú, kimagozott és kierezett piros paprikát. A megpuhított paprikát nagy, hibátlan, zománczott, fedővel lefedhető edénybe átszedjük. Ezután tíz kilogramm paradicsomra  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  kg tisztított és összevágott vöröshagymát puhára főzünk és a paprikához adjuk. Most az egészben hagyott paradicsomból annyit teszünk az előfőző vízbe, hogy a víz forrása ne szakadjon meg, és benne a paradicsom ne feküdjön egymáson, hanem a vízben egyik oldaláról a másikra fordíthassuk. Itt a paradicsom percek alatt megpuhul. Ha a víz erősebben forr rövidebb ideig, ha gyöngyöző forrásban van, kissé hosszabb ideig tart a puhulás. A paradicsomot szűrőkanállal a paprikához szedjük és lefedjük, hogy ott saját gőzében tovább puhuljon. Az alatta összegyűlt vizet ismételtén visszatöltjük az előfőző léhez. Amikor már az egész paradicsomot előfőztük, az előfőző vízbe ízlés szerint 1—2 csomó petrezselymet és zeller zöldjét teszünk, de ezt előbb összemorzsoljuk, hogy illatát jobban átadja a víznek. A petrezselymet és a zellert 5 percig főzzük, majd az előfőző vízzel együtt a paradicsomra öntjük és lefedjük. Ha az előfőző vízzel nem akarjuk a paradicsomot felhígítani, akkor a petrezselymet és a zellerlevelet egy liternyi paradicsomlébe tesszük és onnan 1—2 percnyi forrás után kinyomkodva kiemeljük, a paradicsomlét pedig a többihez öntjük. A paradicsomról passzírozás előtt lehúzzhatjuk a héját. Ezután a paradicsomot a paprikával és a hagymával együtt passzírozón áttörjük. Ha a paradicsom elsőrendű volt, csak kevés lé lesz rajta. Ha mégis sűrűbbre akarjuk, akkor kis ideig állni, üle-

pedni hagyjuk, a lé tetejéről a híg, átlátszó folyadékot lemerjük, és a főzésnél vagy rögtön felhasználjuk vagy pedig e célra eltesszük. A pépsűrűségű paradicsomot egy-két nagyobb edénybe gyűjtjük és forráspontig melegítjük. Közben többször megkeverjük, nehogy lesüljön. A túl erős forrást hideg paradicsomlével gyengíthetjük. Közben a felmelegített palackokat fémlapra állítjuk és tölcseren át kevés forró paradicsomlevet töltünk beléjük, majd sorban megtöltjük őket. Töltésnél a tölcserét bal kezünkkel tartjuk, de nem helyezük teljesen a palack szájába, hogy a levegő mellette kitudulhasson az üvegből. Az üvegek peremét tisztára és szárazra töröljük a paradicsomtól és egy celofán alátéttel, kockára szabott száraz marhahéjjal lezárjuk. A celofánt előzőleg szaliciles vízbe, a marhahéjjal pedig ecetes vízbe mártjuk. A marhahéjjal még gumigyűrűvel is leszorítjuk, az üveget pedig még forrón 24 órára szárazgőzbe állítjuk. Egy és negyed kilogramm paradicsom kb. egy liter befőtt paradicsomlevet ad. A paradicsomlé a rövid ideig tartó főzés ellenére is meglehetősen sűrű. Ennek az okát főleg a paradicsom természetes savtartalmában, valamint a paprika és a hagyma pektintartalmában kell keresnünk.

Ha egyszerre nagyobb mennyiségű paradicsomot akarunk eltenni, akkor a megmosott és a jól lecsurgatott paradicsomot üstbe rakjuk és annyi lobogva forró vízzel öntjük le, hogy az a paradicsomot ellepje. Itt addig hagyjuk, míg kézzel kiszedhetjük és lecsurgatva áttörhetjük. Tovább azután már úgy járhatunk el, ahogyan azt fentebb leírtuk.

## 5. SÓVAL TARTÓSÍTOTT KÉSZÍTMÉNYEK

A vegyes zöldség annál értékesebb, minél többféle zöldségféléből készül. Télen friss zöldséget pótol, és kitűnően használható levesek, becsináltak, rizses és paradi-

csomos ételek ízesítéséhez. Tegyük a keverékbe 25 dkg sárgarépát, 25 dkg petrezselyemgyökeret, 10 dkg zellert, 10 dkg zöldborsót, 10 dkg zöldbabot, ugyanannyi karfiolt, karalábét, valamint a keverék minden kilogrammjára egy-egy vastaghúsú fehér és piros paprikát, egy-két almaparadicsmot, egy-két fej vöröshagymát, egy nagy gerezd fokhagymát, kevés petrezselymet és zellerlevelet. Minden felhasznált zöldségféle a lehető legjobb minőségű legyen. A nyersanyagot először alaposan megmosuk, a gyökereket lekaparva megtisztítjuk és egészben hagyjuk. A borsó hüvelyében marad, a zöldbabot leszálkázzuk, a paprikát kimagozzuk és kierezzük, a hagymát megtisztítjuk, a karfiol torzsáját egészen rövidre vágjuk és a paradicsommal együtt szintén egészben hagyjuk. Mindezt további mosás nélkül, a kénezésnél leírt módon zománcozott tálba helyezzük, és két órán át kénezzük. Utána a kénezett anyagot bőven áramló hideg vízben megmossuk, lecsurgatjuk és tiszta, zománcozott tálcára rakva megszárítjuk. Ezután a nyersanyagot előre lemért tálba káposztareszelőn lereszeljük, mégpedig metélszerűen: először a gyökérféléket, azután a hagymát, végül pedig a paprikát (de ezt csak a külső héjáig reszeljük le). A paradicsomról lehántjuk a héját, magját kirázzuk és az egészet nagy kockákra vágjuk. A zöldbabot félcentiméteres szeletekre vágjuk, a zöldborsót kifejtjük, és mindezt a tálban összekeverjük. Lemérjük a keverék súlyát és kilogrammonként 8 dkg sót és 1 g szalicilt adunk hozzá. Az így előkészített keveréket másnapig lefedve állni hagyjuk, közben többször felkeverjük. Másnap a keveréket szorosan üvegbe vagy porcelán edénybe töltjük, lenyomkodjuk, hogy a lé ellepje. Tetejére még egy késhegynyi sót és kevés szalicilt szórunk, lekötjük vagy lefedjük. Felhasználáskor személyenként egy-két kávéskanálnyit kevés hagymás zsíron párolunk, vagy a forró ételbe főzzük. Így használjuk a különböző ételekhez. Rendes körülmények között az ételt még utána

kell sózni. Ez a készítmény igen tartós. Ízesítő értékét néhány szelet szárított gombával javíthatjuk.

**Sós paprikapép.** Ehhez a készítményhez lehetőleg vastaghajú piros paradicsompaprikát vagy más édes vörös paprikát használunk. A paprikát megmossuk, kimagozzuk, kierezzük, húsdarálón átdaráljuk, százíz szerint sózzuk és kilogrammonként 1 g szalicilt adunk hozzá. Eljárhatunk úgy is, hogy a paprikát az előbb leírt módon kénezzük, mossuk, szárítjuk, majd tormareszelőn egészen a külső hártýáig lereszeljük. A lereszelt anyaghoz kilogrammonként 4 dkg sót és  $\frac{1}{2}$  g szalicilt adunk. Így kellemes ízű, pektintartalmú pépet kapunk, melyet ételek ízesítésére használhatunk, de ecettel ízesítve nyersen is fogyaszthatunk. Felhasználhatjuk szendvicsek díszítésére is.

## 6. MÁS MÓDON ELTETT KÉSZÍTMÉNYEK

**Fűszeres paradicsom.** Használhatjuk mustár helyett angolosan készült húshoz, de vajás kenyérré is. 4 kg elsőrendű almaparadicsomot előfőzve megpuhítunk, lecsurgatunk és áttörünk. A péphez 1—2 evőkanál sót, 4—6 evőkanál cukrot és  $\frac{1}{4}$  liter kellemesen savanykás saláacetet, valamint tisztára mosott és forrázott vászonzacskóba kötve 1 kávéskanál őrölt mustármagot, 1 kávéskanál törött borsot,  $\frac{1}{2}$  kávéskanál törött fahéjat, csipetnyi törött szegfűszeget és ugyanannyi szegfűborsot adunk. Fedő nélkül, nagy lábasban, erős tűzön, időnként megkeverve, mártás-sűrűségűre főzzük. Tíz perccel a főzés befejezése előtt átfőzhetünk benne egy-két tisztított hagymát is. Mielőtt üvegbe töltenénk, a hagymát és a fűszeres zacskót kivesszük a készítményből. Még forrón szűknyakú üvegbe töltjük, mégpedig színültig, azután a szokott módon zárjuk és szárazgőzbe állítjuk.



**Tölteni való paprika sós vízben.** A jól megmosott paprikát kimagozzuk és kierezzük, majd egymásba rakjuk és hegyes végükkel lefelé széles szájú üvegbe tesszük. Előzőleg annyi vizet forralunk, literenként 3 dkg sóval, amennyi a paprikát elfedi. A kihűtött sós vízhez pedig literenként egy csapott kávéskanálnyi szalicilt vagy benzoe-savas nátriumot keverünk. Ezt a folyadékot a paprikára öntjük és színültig megtöltjük az üvegeket, majd a szokásos módon légmentesen lezárjuk. A paprikát használatkor nem kell kiáztatni, hanem csak jól leöblíteni.

**Piros paradicsom egészben.** Frissen szedett, apró, kemény, piros almaparadicsomot zöld csumájával együtt jól megmosva, lecsurgatva úgy rakunk üvegbe, hogy a paradicsom meg ne sérüljön. Díszítésül néhány szelet karikára vágott tormát teszünk bele és előző recept szerint készített sós, szalicilsavas hideg vízzel színültig töltjük az üvegeket, légmentesen lezárjuk és hűvös helyen tároljuk.

**Csiperkegomba (champignon).** Apróbb, csukott, fiatal gomba földes tönkrészét levágjuk. A gombát jól átmosuk, lecsurgatjuk, megszikkasztjuk, de nem hámozzuk meg. Ezután a gombához kilogrammonként egy liter vizet számítva főzővizet készítünk, melybe literenként 1—2 citrom levét tesszük. Ebben a lében átfőzzük a gombát, utána üvegekbe rakjuk, és a forrásban lévő lét ráöntjük. Ha a lé kevés volna, pótoljuk forrásban lévő vízzel. A megtöltött üvegeket a zöldborsónál leírt módon pár percre forró vízbe állítjuk, légmentesítjük (közben tompavégű, rozsdamentes késsel az üvegbe nyúlva a levegőt a felszínre segítjük), majd óvatosan megbilentve kivesszük a vízből, a folyadék tetejére egy újjnyi olajat vagy meleg zsírt öntünk, azután pedig marhabéllel a szokott módon lezárjuk és szárazgőzbe állítjuk. Az

ily módon eltett gomba levét is elhasználhatjuk, akár levesnek, akár ízesítőnek.

**Szárított gomba.** Friss, egészséges, kisebb csukott és kemény gombát érdemes szárítani. A mi sík vidékeinken leginkább a csiperkegombát (champignon) szárítjuk. A gombát nem mossuk meg, nem is hámozzuk le, csak tönkjének aljáról vágjuk le a földes részt. A gombát tiszta, száraz konyharuhával egyenként áttöröljük, nem túl vékony szeletekre vágjuk, mégpedig a tönk hosszában és azzal párhuzamosan. Így a szeletek is gomba alakúak lesznek. A gombát már szeletelés közben tiszta deszkára, tálcára vagy tiszta papírra rakjuk, de csak egysorosan. A gombaszeleteket néhány óra múlva, de legkésőbb másnap egyenként megforgatjuk, majd tovább is mindennap átforgatva, szellős helyen megszáritjuk. A száradás eltart egy hétig is. A csörgősre száradt gombaszeleteket, celofánzacskóban tartjuk. Felhasználás előtt a szárított gombát forró vízzel átmoszuk, ismét leforrázzuk, lecsurgatjuk, enyhén kifacsarjuk és kevés vízben puhára főzzük. Tovább úgy használjuk, mint a friss gombát.

## 7. SAVANYÍTÁSSAL TARTÓSÍTOTT KÉSZÍTMÉNYEK

A nyári kovászos uborka természetes tejsavas erjedéssel készül. Az egyforma közép nagyságú uborkákat megmossuk, két végüket levágjuk, a száránál levágott végénél pedig mindegyiket megkóstoljuk, nem keserűek-e. Mindegyik uborkát először hegyes, kis késsel megszurkáljuk, hosszában négy részre bevágjuk úgy, hogy az uborka egészben maradjon. Ezzel az eljárással megakadályozzuk az uborka gyakori puhulását. Ezután minden kilogramm uborkára egy liter vizet forralunk, és minden liter vízbe 2 dkg sót teszünk. Közben széles

szájú, tiszta, száraz üveg aljára jó csomó mosott kaporszárát (és ha ízlésünknek megfelel, egy-két gerezd zúzott fokhagymát), valamint kevés vékonyra szeletelt, szárazra pirított kenyeret teszünk (literenként kb. 5 dkg-ot). Az üveget ezután álló helyzetben lévő uborkával rakjuk tele, tetejükre egy-két szelet pirított kenyeret teszünk, egy evőkanál ecetet és egy kávéskanálnyi cukrot adunk hozzá, és az egészet kaporszárral leszorítjuk. Ezután annyi meleg, de nem túl forró sós vizet töltünk az üvegbe, hogy az egészet jól ellepje. Az üveget lefedjük és nem túl erős napra (kb. 18—20° C), éjjel pedig meleg helyre, esetleg pokrócba tesszük, hogy le ne hűljön. Az üvegben gyorsan megindul a tejsavas erjedés. Ennek következtében az üveg tartalma megsavanyodik, az uborka elveszti üde, zöld színét, belseje pedig márványosan áttetsző lesz. A savanyítás legalább három-négy napig tart. A beért, savanyított uborkát tiszta edénybe szedjük, zavaros levét rászűrjük, és tovább hűvös helyen tartjuk. Ha az uborkát egészben rakjuk az üvegbe, alul literenként 1 dkg zsömlével, felül pedig kenyér nélkül, tormával, majd légmentesen lezárjuk, téli használatra is eláll.

Amikor természetes tejsavas erjedéssel konzerválunk téli fogyasztásra sósvizes uborkát és káposztát, valamint nyári gyors fogyasztásra szánt, savanyított, kovászos uborkát és káposztát, minden alkalmas eszközzel és lehetőséggel elő kell segítenünk a tejsavat képző baktériumok gyors elszaporodását. Ezt egyszerű módon, sóval érjük el, mert a só hatására a sejtekben levő kevés cukor kidiffundál és táplálja a tejsavbaktériumokat. A tejsavas erjedés megindulásához a legkedvezőbb a 18°C, azaz a szobahőmérséklet.

Nem kívánatos, hogy a savanyításra kerülő terményen más baktériumok is éljenek, mert ezek a termény értékes anyagait fogyasztják. Ha azonban a tejsavas erjedés rögtön megindul, a keletkező és fokozódó tejsav-

tartalom megakadályozza a káros mikroorganizmusok fejlődését.

Tehát a gyorsan megindult tejavas erjedés lehetővé teszi a káros baktériumok gyors pusztulását, mielőtt még a konzerválandó anyagban, pl. az uborkában, elkezdenék káros tevékenységüket.

A cél az, hogy a termény sejtjeiben levő cukrot a tejsavképzők használják fel, és segítségükkel kellemes, savanyú, illatos és zamatos vegyületek keletkezzenek. Mint már tudjuk, a termény cukortartalma a baktériumok hatására tejsavvá alakul át, a keletkezett tejsav pedig átjárja és érleli az uborkát és a káposztát, kellemes ízűvé, ropogóssá teszi. Ha azonban a savanyító eljárások során a tejsavas erjedés későn indul meg, és a cukornak egy kis részét is a káros mikrobák használják fel, akkor ezek szaporodnak el, megglazítják az uborka sejtjeit, kellemetlen ízt és szagot okoznak. A későn megindult tejsavas erjedés előtt elszaporodott káros baktériumok hatására egy-két nap múlva megpuhul az uborka és íze sem lesz kellemes.

A célszerű, illetve kíméletes sós savanyítás egyúttal a készítmény C vitamin tartalmát is megóvja és ez, gondos tárolással és légmentes folyadékzárással, hosszú ideig megőrizhető. Ezért a savanyított káposzta az erjedés idején és utána is lé alatt álljon, és ne érintkezze a levegővel, mert a tejsavképzők a levegőn nem fejlődnek.

**Vizes uborkának** frissen, szárral szedett, kb. 10—12 cm hosszú, 2—3 cm átmérőjű, egyenes, kis magházú, hibátlan, zöld színű uborkát választunk. 24 órát hűvös helyen szétrakva állni hagyjuk, hogy hajlékonyabb legyen.

Másnap szárát rövidre vágjuk, tisztára mossuk, jó csomó, se túl gyenge, se túl öreg zöld kapor szárát és tisztított tormát is mosunk hozzá. Tiszta ruhán vagy tálcán rövid ideig szikkadni hagyjuk.

Széles szájú, magas nyakú (így több vizet önthetünk rá), tiszta, száraz üveg aljára csomóba tesszük a kaprot és egy gerezd fokhagymát. Álló helyzetben lévő uborkával, rendezett sorokban, közben egy-egy szelet tormával tetszetősen díszítve, csak a nyakáig rakjuk te-le az üveget és két nagyobb szelet tormával lezorítjuk. Most egy 5 literes üvegbe jó félmarék, azaz 5 dkg tiszta só, két-három kockacukrot, két-három evőkanál ecetet és egy csipet szalicilt teszünk. Az üveget fémlapra állítjuk, és lobogva forró vízzel majdnem színültig töltjük. Azonnal kettős celofánnal és egy réteg marhabéllel (az erjedés miatt) nem túl feszesen lezárjuk és kése-delem nélkül pokrócba takarjuk 12—24 órára. Így azo-nal megindul a tejsavas erjedés. Másnap az uborkát a helyére állítjuk. Ha az erjedés magasra feszítené a mar-habelet, naponta felfrissített, jól kicsavart vizes ruhát helyezünk rá, hogy nehogy a marhabél megrepedjen.

#### **Savanyított, gyalult káposzta üvegben salátának.**

Káposztát csak október végén savanyítsunk. A teljesen ép, tömör, kemény, fehér, 1½ kg-os káposztafejeket legalább néhány napig, de esetleg egy hétig száraz, szel-ős, hűvös helyen tartjuk, hogy szikkadjanak. Egy tíz-literes üvegre kb. 15 kg káposztát (kilenc fejet) számí-tunk. Szikkasztás után előkészítjük a hozzávalókat: egy nagy mosott, tisztított burgonyát, jó csomó mosott, szá-rított zöld kaprot, egy nagy fej tisztított vöröshagymát, egy szál tisztított, szeletekre vágott tormát, egy marék mosott, sárga kukoricát, néhány száraz, édes piros pap-rikát (kierезve, kimagozva), egy tisztított és karikára vágott sárgarépat, néhány babérlevelet, néhány szem feketeborsot, egy-két dkg köménymagot, egy-két mosott és héjastól felszeletelt birsalmát és néhány egészen, ap-ró, egészséges jonathán almát. Kell még egy tízliteres tiszta, száraz, vastagfalú üveg, legfeljebb 20 dkg só, egy tisztára sürolt, fejrész nélküli szódásüveg, egy kis töl-csér és egy kétkilós súly.

A külső leveleitől megtisztított káposztafejeket félbevágjuk és meggyaluljuk. A torzsájánál levő, vastagabb erezetű részét nem gyaluljuk közé. A szálasra gyalult káposztát hibátlan zománcédényben, a kimért só háromnegyed részével egyenletesen lesózzuk. Az üveg aljára tesszük a kaprot, a karikára vágott burgonyát és hagymát, a piros paprikát, a tormaszeleteket és a köménymagot. Mindezt leborítjuk néhány tiszta káposztalevéllel és erre rétegekben kézzel rakjuk és tömörítjük a lesózott káposztát. Ügyeljünk, hogy a káposzta között ne maradjon levegő. Közben a káposzta levét enged. Minden két-három ujjnyi káposztarétegre 1—2 szem egész borsot, kevés szeletelt birsalmát, néhány kis almát, piros paprikát és egy-két szelet sárgarépát teszünk. Ezt mindaddig ismételjük, míg az üveg meg nem telik. Az üveg  $\frac{2}{3}$  részénél a fennmaradt 5 dkg sóból kissé utána sózzuk a gyalult káposztát és az üveg oldalához illesztünk egy-egy babérlevél közé egy piros paprikát és egy szelet sárgarépát, az egész minél tetszetősebb legyen. Az üveget csak a nyakáig rakjuk tele káposztával. Ekkor a lé már ellepi a káposztát. Ha a káposzta túl sok levét enged, szedjük le belőle, és tegyük el tiszta üvegbe, hogy később visszaönthessük a káposztára. A tömörített káposztát fedjük be egy-két tiszta káposztalevéllel és tartuk az üveget 18—20° C hőmérsékleten. Hogy az üvegben lévő káposztát leszorítsuk, állítsuk a káposztára a szódásüveget, ennek nyílásába tegyük a tölcéért és ebbe helyezük a kétkilós súlyt. Ha az üvegben túl sok a káposzta, a szódásüveget négy darab tiszta káposztatorzsával megtámasztjuk. Ha az erjedés befejeződött, ezek helyett tiszta ruhával tartjuk egyensúlyban. Így leszorítjuk a káposztát, fölötte összegyűlhet a lé, a képződő gázok pedig elválnak. A tejsavas erjedés 18° C-on csakhamar megindul, és kb. három hét alatt fejeződik be. Ezután a megsavanyodott káposztát 5° C hőmérsékleten tároljuk, az üveg száját pedig tiszta ruhával vagy poli-

vinil zacskóval takarjuk le. Az erjedés közben képződő habot nem kell eltávolítani.

Az ily módon eltett káposztát sohasem kell mosni, mert a fölötte lévő folyadékréteg elzárja a levegőtől. Ha a káposztát megmossuk, érintkezésbe kerül a levegővel, mikroorganizmusok kerülnek bele, pimpósodni, puhulni kezd és elveszti tartósságát. Ha a káposztát mosni kezdtük, a mosást naponként ismételni kell. Ügyeljünk arra, hogy a káposztát az erjedés és a tárolás folyamán is mindig fedje a lé.

**Hordóban eltett káposzta.** Ha nagyobb mennyiségben akarunk káposztát savanyítani, a savanyítást hordóban vagy dézsában végezzük. 100 kg káposztához 1,5—2 kg sót használunk, egyébként úgy járunk el, ahogyan azt az előbbieken leírtuk. Ekkor a lenyomtatáshoz követ vagy deszkalapokat használunk, melyeket csavarral szorítunk le. A gyalult káposzta közé tehetünk lapos, nem túlságosan kemény, egész káposztafejeket is. Ezeknek külső leveleit leszedjük, torzsájukat simára vágjuk, megfúrjuk, vagy pedig éles késsel kockásan bevagdalkuk, és a torzsánál kissé besózzuk.

**Ecetes uborka.** Az apró, vékony, tömött, friss szedésű, hibátlan, zöld színű uborkát jól megmossuk, leforrázzuk és a vizet azonnal leöntjük róla. Az üveg aljára kevés mosott kaprot, tormát, egy evőkanálnyi mustármagot, pár szem feketeborsot és egy babérlevelet teszünk. Álló helyzetben erre helyezzük az uborkát. Közéjük is tehetünk egy babérlevelet (esetleg meggy- és szőlőlevelet), egy szem borsot és egy-két szegfűszeget. Az üveg nyakánál az uborkát vastagabb tormával leszorítjuk. Szájizünknek megfelelően, erősebb ecetes, sós, cukros oldatot forralunk, és a lobogva forró lével óvatosan megtöltjük a fémlapra állított üveget. Az üveget dupla celofánnal légmentesen lezárjuk, majd két-három nap múlva felnyitjuk, levét leöntjük, esetleg utána izesítjük,

ha szükséges pótoljuk ecettel, cukorral, újból felforralva visszaöntjük az uborkára és lezárva, 24 órára szárazgőzbe állítjuk.

**Uborkasaláta.** Középnagyságú, 10—12 cm hosszú, kis magházú uborkából készítjük, az uborkákat megmossuk, vékonyan meghámozzuk és a kénezésnél leírt módon két órán át sterilizáljuk (15 kg uborkára egy vékony kénlapocskát számítunk). A kénezés után az uborkát szeljük, jól megmossuk, lecsurgatjuk, majd rövid ideig állni hagyjuk, hogy az uborka felületéhez tapadt víz-cseppek felszikkadjanak. 2—3 mm vastag szeletekre vágjuk vagy gyaluljuk, és hibátlan edénybe tesszük (a túl vékonyra szeletelt uborkasaláta nem lesz elég ropogós). Szájizüinknek megfelelően azonnal meghintjük kevés sóval, még kevesebb cukorral. Az uborkalében a só és a cukor feloldódik (a só és a cukor vízelvonó hatására az uborkasaláta még enged egy kis levet). A só és a cukor hatására az uborka sejtei nem zsugorodnak össze. Ezért az uborka rugalmas és ropogós marad. Kevés salátaecettel megízesítjük, és száraz, tiszta üvegbe töltjük. A kioldódott lé az uborkasalátát teljesen elfedi. Használatkor nem kell kimosni, áztatni, sőt további ízesítés, fűszerezés nélkül is jó. Díszítésül (ez egyúttal ízesíti is az uborkasalátát) az uborkával együtt egyegy félbevágott, kierezett, vastaghúsú, piros és zöld paradicsompaprikát is kénezzünk és ezeket az üvegek oldalán lecsúsztatjuk, hogy a lé ellepje. Paprika helyett használhatunk frissen szedett, mosott, megszáradt, gyenge kaprot is.

**Színes paprika ecetben.** Szeptember első felében tesszük el. Szép, hibátlan, vastaghúsú és különféle színű (fehér, sárga, zöld, piros) paradicsompaprikát használunk fel hozzá. A paprikát gyorsan átmoszuk, kettévágjuk, kimagozzuk, kierezzük és az ismert módon kénezzük. A kénezés után szellőzzük, megmossuk, lecsurgat-



juk, megszikkasztjuk és üvegbe rakjuk úgy, hogy a paprikák egymást félig elfedjék. Az üveg nyakánál a paprikát két erősebb szelet tormával leszorítjuk, majd az üveget a felöntőlével színültig töltjük és kettős celofánnal lezárjuk. Ha pár nap múlva a felöntőlé lepadna, újra felöntjük. A felöntőlet úgy készítjük, hogy a vízben literenként 10 dkg cukrot, 2 dkg sót felfőzünk. Pl. 3 liter vizet 6 dkg sóval és 30 dkg cukorral felforralunk, és ha langyosra hűlt, egy liter ecetet öntünk hozzá. A paprika közé vagy a felöntőlébe 1—2 babérlevelet és néhány szem borsot is tehetünk, de ezek nélkül is ízes. Kevésbé gyakorlott háziasszonyok a felöntőlébe minden öt literhez tegyenek egy babszemnyi káliummetabiszulfidot (vinobránt), és minden üvegbe egy csipet szalicilt.

**Paradicsompaprika egészben.** Válasszunk fehér vagy sárga, kemény, vastaghúsú, hibátlan paradicsompaprikát. Szárukat rövidre vágjuk, majd a paprikát megmosuk. A mosóvízbe tíz literenként egy babszemnyi káliummetabiszulfidot oldjunk fel. Ezt az oldatot két tálba öntjük és mindegyikben egyenként átöblítjük a paprikát. Gyorsan kell dolgoznunk nehogy a víz beszívárogjon a paprika belsejébe, mert ettől a paprika megpuhul. A lecsurgatott és megszikkadt paprikákat tetszetősen, húzával kifelé, a tormaszalagokkal együtt ötliteres üvegekbe rakjuk, amelyek aljára egy evőkanálnyi mustármasagot tettünk. A paprikához tegyünk még néhány szem feketeborsot és egy-két babérlevelet is. A paprikát az üveg nyakánál erősebb tormaszalagokkal leszorítjuk, majd az üveget a felöntőlével színültig megtöltjük. A felöntőlé: 3 liter vizet, 8 dkg sóval és 20 dkg cukorral felforralunk és amikor már langyosra hűlt egy liter ecetet vegyítünk hozzá. Minden ötliteres üvegre tegyünk még borsónyi káliummetabiszulfidot, és egy csipet szalicilt vagy benzoe-savas nátriumot. A színültig megtöltött, csak fedővel letakart üvegeket három-négy napig állni

hagyjuk, hogy az ecetes lé a paprika belsejébe hatolhasson, majd az üveget a kimaradt vagy frissen készített felöntőlével ismét színültig töltjük. A szokott módon, kettős celofánnal lekötjük.

**Paradicsompaprika meleg eljárással.** Ehhez a konzervhez három liter vízben egy liter ecetet, literenként két dkg sót, valamint hat dkg cukrot oldunk fel. Az oldatot felforraljuk, és a már ismertetett módon előkészített paprikából csak annyit rakunk egyszerre az oldatba, hogy az első forrásnál, kb. 1 perc múlva kényelmesen átforgathassuk. A paprikát ujjabb egy percnyi forrás után, tehát összesen 2—3 percnyi főzés után, lapos szűrőkanállal tálba szedjük és húsos részével kifelé fordítva, még forrón üvegekbe rakjuk, közben pár szem borssal és egy-két babérlevéllel fűszerezük. Az üveg nyakánál két darab erősebb tormaszellettal leszorítjuk. Az ötliteres üvegbe tegyünk egy bab-szemnyi vinobránt is. Ezután az üveget a forró előfőző oldattal színültig töltjük, majd késedelem nélkül kettős celofánnal, légmentesen elzárjuk, és másnapig szárazgőzbe állítjuk. Ha a lé nagyon leapadt, az üveget pár nap múlva felnyitjuk és újra színültig töltjük. Az utólagos felöntést elkerülhetjük, ha a paprikát az előfőzés előtt hegyesre faragott gyufaszállal megszurkáljuk, hogy már az előfőzés közben a lé beszivárogjon a paprikába.

**Vegyes saláta (csalamádé).**  $\frac{1}{2}$  kilogramm uborkát, ugyanannyi zöldpaprikát, 10 dkg zöld, kimagozott alma-paradicsomot, egy nagy fej vöröshagymát és egy kisebb sárgarépat megmosunk, és a szokott módon előkészítünk. Ezeket nem túl vékony, kb. három mm-es karrákra vágjuk, összekeverjük és kilogrammonként 1—2 dkg sóval lesózzuk, és legalább három órán át, esetleg másnapig állni hagyjuk. Majd egy rész ecetből és két rész vízből felöntőlevet készítünk, és ezt literenként

2—5 dkg cukorral, egy szem szegfűszeggel, pár szem feketeborssal, egy babérlevéllel és 5 dkg mustármaggal ízesítve felforraljuk. A forró lét a lesózott salátára öntjük és lefödve másnapig állni hagyjuk. Ezután a salátát kiszedjük, és lazán üvegbe rakjuk. Levét átszűrjük, ismét felforraljuk és óvatosan a salátára öntjük, kettős celofánnal zárjuk.

**Tök eltevése ecetben.** Csak kellően érett, fehérhúsú spárgatököt konzerváljunk. A túl zsenge sok vizet veszít, a túl érett nem puhul meg eléggé, hanem rostos lesz. A tök zsengeségét körmünkkel állapítjuk meg. A megmosott tököt hosszában kettévágjuk, keresztbe is átvághatjuk, belét kanállal kikaparjuk, majd éles késsel meghámozzuk. A hámozott tököt két órán át kénezzük, utána szellőzzük, megmossuk, lecsurgatjuk és megszikkasztjuk. Az így előkészített anyagot tökgyalun legyaluljuk. Majd ugyanúgy, mint az uborkasalátát paprikával és kaporral tartósítjuk. Saját levével főzeléknek, nyersen tejfölös salátának is használhatjuk. Évekig eltartható.

**Zöld kapor ecetben.** A fiatal kapor zöld levelét (szárak nélkül) megmossuk, lecsurgatjuk, megszikkasztjuk és szájíz szerint, sóval és cukorral ízesített ecetes vízben (felforralt és kihűlt) megforgatjuk. A kaprot ezután üvegbe rakjuk, levét ráöntjük, csipetnyi szalicilt vagy benzoe-savas nátriumot teszünk hozzá és kettős celofánnal lekötjük. A felöntőlének a kaprot el kell fednie.

**Céklasaláta.** A céklasaláta víz és konzerválóanyagok hozzáadása nélkül, saját levében igen sokáig eltartható, anélkül, hogy megerjedne. Válasszunk apró, egészséges, sötétpiros céklát. Fejét és gyökerét ne vágjuk le, nehogy a főzés alkalmával veszítsen nedvéből. A céklát alaposan megmossuk. Közben annyi vizet forralunk, hogy az 1 kg céklát ellephesse. Amikor a víz lobogva forr, rész-

letekben beletesszük a céklát, hogy közben a víz forrása meg ne szűnjön. Félórai egyenletes forralás után villával megpróbáljuk, eléggé megpuhult-e a cékla. Ha a villa könnyen belemegy, azonnal leszűrjük, és lefedve félreállítjuk, hogy a saját gőzében tovább puhuljon. Ha kissé meghűlt, megtisztítjuk, de nem mossuk meg. Ezután porcelán vagy üvegtálban, ízlés szerint só, köménymagot, cukrot, reszelt tormát és kevéske ecetet keverünk össze, a céklát pedig még melegen káposztarezselőn lereszeljük, és az ízesítőhöz vegyítjük. Ha már teljesen kihűlt, üvegbe tesszük, kettős celofánnal lekötjük és hűvös helyen tároljuk. Bármikor kivehetünk belőle, ízéből így is csak hetek múlva veszít. Készíthetjük úgy is, hogy a céklát és a tormát vékony szeletekre vágjuk. Ilyenkor azonban a forma nem ehető.

## II. GYÜMÖLCSÖK ELTEVÉSE ÉS TARTÓSÍTÁSA

### 1. PÁROLT BEFŐTTEK

Párolt befőttek készítéséhez csakis frissen szedett, nem teljesen érett, ép, hibátlan gyümölcsöt használunk. Az érett gyümölcsöt kiválogatjuk, úgy, hogy egy-egy üvegbe lehetőleg csak egyenlő nagyságú kerüljön. A tartósításhoz legalább 18%-os cukoroldatot használunk, mert ez már akadályozza a mikroorganizmusok fejlődését. Minden műveletnél a gyümölcsrel minél kiméletesebben bánjunk, mert csak így őrizhetjük meg az eltett gyümölcs színét, ízét, zamatát és vitamintartalmának jó részét.

Minderről az általános részben már bővebben szóltunk. Általában az üveg minden literjére 18 dkg cukrot oldunk fel 36 dkg vízben. A kimért vizet felforraljuk, hozzáteesszük a szükséges cukormennyiséget, a szirupot ismét jól felforraljuk, közben a keletkező habot leszedjük róla.

**Eper befőtt** készítéséhez ne használjunk apró, puha-fajta epret. Legalkalmasabb a félérett, kemény, sötétpiros, zamatos eper. Még mielőtt eltávolítanók az eper szárát, tegyük nagy téstaszűrő kanálba vagy szíjába, és mártogassuk többször váltott hideg vízbe, hogy eltávolítsuk róla a földet és a homokot. Lecsurgatás után óvatosan leszedjük az eper szárát úgy, hogy az eper ne sérüljön meg. Az ilyen módon megtisztított epret, legfeljebb három sorban, tiszta és hibátlan lábasba rakjuk, majd kilogrammonként 35—40 dkg tiszta por- vagy kristálycukorral lecukrozzuk. A lecukrozott epret másnapig hűvös helyen pihentetjük, közben néhányszor összerázzuk, vagy óvatosan felkeverjük, úgy, hogy a szemek ne törődjenek. Másnap az epret részletekben, erős tűzön, hirtelen felforraljuk (kétliteres lábasban egyszerre legfeljebb 4—5 merőkanálnyit, 3 literes lábasban pedig 6—7 kanálnyit) és amint egyszer felforrt, az edényt félrehúzzuk, a keletkező habot leszedjük, az előfőzött epret pedig azonnal kisebb, száraz üvegekbe rakjuk, levét kevés átszűrt citromlével felforraljuk, az üveget a forró lével színültig megtöltjük, és tetejére kevés alkoholt öntve, kettős celofánnal elzárjuk. Lezárás előtt forralt vízbe mártott, tiszta ruhával letöröljük az üveg szájáról a rátapadt szirupot. A lekötött üvegeket 10—12 órára pokróc közé, szárazgőzbe állítjuk.

A leveses gyümölcsök a lecukrozás alkalmával sok levét engednek. Az ilyen gyümölcsök konzerválásánál kimaradt levét egyszer felforralva szűknyakú üvegbe töltjük, kevés benzoé-savas nátriumot teszünk hozzá, egyszeres celofánnal és marhabéllel zárjuk, és szárazgőzbe állítjuk. Ezzel az eljárással kitűnő gyümölcslevet nyerünk.

**Földieper ribizlivel.** 2 kg előkészített, nagyszemű ananász-epret  $\frac{3}{4}$  kg nyersen áttört ribizli levével lemérjük és kilogrammonként 35—40 dkg cukorral hűvös he-

lyen másnapig állni hagyjuk. Másnap az előcukrozott eper levét leszűrjük, a lecsurgatott epret üvegbe rakjuk, és egy kanálka 96%-os szeszt öntünk rá. Levét felforraljuk és lobogó forrásban az üvegbe töltött eperre öntjük. Tovább úgy járunk el, ahogyan azt a földieper eltevésénél leírtuk.

Ugyanígy tehetünk el málnát vagy meggyet ribizlivel, vagy akár másfajta gyümölcskeveréket is. Télen poharakban, tejszínhabbal díszítve tálaljuk.

**Cseresznye.** Eltevéséhez vegyünk kései, ún. duránci fajta, ropogós, nem túl érett, keményhúsú, sötétpiros, legalább két cm átmérőjű cseresznyét, mert ebben kevesebb a víz, mint a korai fajtákban. A teljesen ép és féregmentes gyümölcsöt gondosan megmossuk, lecsurgatjuk és szárát eltávolítjuk úgy, hogy a húsa be ne szakadjon. A már ismeretes módon szorosan üvegekbe rakjuk. Ezután ráöntjük a cukoroldatot (35 dkg cukrot egy liter vízben felforralunk és lehabozunk). Csak annyi cukoroldatot öntsünk az üvegbe, amennyi éppen elfedi a cseresznyét, mert a gőzölgés folyamán a cseresznye is vizet enged. Lezárás előtt az üvegbe egy kávéskanál alkoholt teszünk, majd légmentesen lekötve, 6—7 percig gőzöljük, addig, amíg az üvegben a cseresznye éppen csak emelkedni kezd. Ezután az üvegeket deszkára kiszedjük, majd vastag pokróccal letakarjuk és lassan hűlni hagyjuk.

**Cseresznye szárazgózhen.** Az előbb leírt módon előkészített cseresznyét üvegekbe rakjuk. Literenként 18 dkg cukrot, 36 dkg vízben feloldunk. Amikor a szirup forr, lehabozzuk, majd belerakjuk a cseresznyét, és addig hagyjuk benne, míg újra forrni kezd. Ekkor a cseresznyét porcelán tálba szedjük, és onnan fémre állított vagy előmelegített üvegbe rakjuk, de ne tömködjük szorosan az üvegbe. Közben forraljuk a szirupot, hogy azonnal a cseresznyére önthessük. A színültig töltött üvegbe kevés alko-

holt öntünk, és az üveget azonnal légmentesen lezárva 12 órára szárazgőzbe állítjuk.

Ez a készítmény igen tartós. Ha nem dolgoztunk elég gyorsan és a fémre állított üvegben a gyümölcs kissé kihűlt, akkor a levét óvatosan visszaöntve, ismét forraljuk és forrón újra a gyümölcsre öntjük.

**Meggyet és barackot stb.** is eltehetünk ezzel a módszerrel, akár 3—5 literes üvegekben is. A szirup mennyiségét úgy állapítjuk meg, hogy az üvegekbe töltött gyümölcsre  $\frac{3}{4}$  rész vizet öntünk, és ezt a vizet használjuk fel a szirup elkészítéséhez. (Az üvegeket ezután kimossuk és szárazra töröljük.) A kinyitott, majd újra lezárt üvegben a gyümölcsöt romlás veszélye nélkül hetekig eltarthatjuk.

**Kimagozott cseresznye vagy meggy.** Az üveg térfogatának minden literjére 18 dkg cukrot és 36 dkg vizet számítunk. A cukrot és a vizet felforraljuk, beletesszük a kimagozott, de egészben maradt gyümölcsöt, és nem forraljuk tovább, hanem 5—10 percig ezen a hőmérsékleten tartjuk. Ezután a gyümölcsöt üvegekbe töltjük, levét pedig, ha sok, hirtelen besűrítjük, ha kevés, vízzel pótoljuk. Az üvegeket a forrásban lévő oldattal feltöltjük, a folyadék tetejére kevés alkoholt öntünk, celofánnal azonnal lezárjuk és 12 órára szárazgőzbe állítjuk.

Ezzel az eljárással sárgabarackot és őszibarackot is eltehetünk. A szirupot kevesebb vízzel is készíthetjük, és a hiányzó mennyiséget a meggyenél málnaszörppel pótolva, újból felfőzzük. Az így készült befőtt igen ízes.

**Cseresznye cukor nélkül.** Kései, fekete, nedvdús, édes, duránci cseresznyét előkészítés után szárazon, magostul kisebb száraz üvegekbe rakjuk. A szemek szorosan helyezkedjenek el az üvegben. A cseresznyéhez sem cukrot, sem vizet, sem szalicilt nem adunk, esetleg egy

kávéskanálnyi alkoholt vagy rumot öntünk rá. Az üvegeket lekötözzük, és vízfürdőben (a víz ne érje a celofánt), az üveg nagyságától függően 10—15 percig gőzöljük. Közben a cseresznye levét enged. Ezután az üvegeket kiszedjük, falpra állítjuk, és pokrócokkal letakarva másnapig állni hagyjuk. Ugyanígy tehetünk el keményhúsú, érett meggyet, kimagozott magvaváló szilvát, őszibarackot, de epret, málnát és ribizlit is. Készíthetjük kimagozott, de egészben maradt duránci fajta cseresznyéből vagy meggyből is, akkor feketecseresznye vagy cigánymeggy, esetleg málna frissen préselt, átszűrt levében, cukor nélkül átfőzzük. Tovább úgy járunk el, ahogyan a kimagozott cseresznye és meggy konzerválásánál leírtuk.

**Meggyhús és szörp.** Sötét színű, nem túl érett, egészséges, nagyszemű, nedvdús meggyet vigyázva kimagozunk, hogy a leve ne csurogjon le. A kimagozott meggyet hibátlan edényben, kilogrammonként 35—40 dkg cukorral lecukrozzuk, és másnapig állni hagyjuk. Közben többször felkeverjük. Másnap az epernél leírt módon felforraljuk, felesleges levét palackba, a meggyhúst pedig széles szájú üvegbe töltjük, lezárjuk és szárazgőzbe állítjuk. Ugyanígy készíthetünk finom cseresznyehúst, vagy keveréket meggyből és cseresznyéből. Ilyenkor kg-ként csak 30 dkg cukrot veszünk.

**Rumosmeggy.** A nagyszemű, érett, keményhúsú, sötét színű, mosott, szártalanított, újra mosott, megsikkasztott, kimagozott meggyet kilogrammonként 50 dkg cukorral és  $\frac{1}{2}$  dl rummal hibátlan, lefödhető edényben 24 órát pihentetjük. Közben többször óvatosan felkeverjük. Másnap üvegbe töltjük, tetejére kevés rumban oldott szalicilt teszünk. Desszertek készítésénél használjuk. Ha a meggy sok levét enged, a kimaradt levét pár szem feltört meggyemaggal, egy szem szegfűszeggel vagy vani-



liával, kevés alkohollal vagy rummal érleljük, majd át-szűrve likőr helyett használjuk.

**Egres.** Félérett, hibátlan egres (piszke) szárát lecsíp-jük, a csészeleveleket eltávolítjuk, megmossuk és lecsur-gatjuk. Literes üvegre egy liter piszkét számítunk. Két dl forró vízben, 25 dkg cukrot oldunk. Amikor a víz forr, a gyümölcsöt kb. 20 dkg-os részletekben addig fő-zük, míg a piszke a színét megváltoztatja. Ezután üvegbe szedjük, levét pedig visszaöntve felforraljuk. A forró lével azonnal színültig töltjük az üvegeket, kevés alko-holt öntünk rá, és a szokott módon lekötjük. A készít-mény ezután 12 órát szárazgőzbe kerül.

**Kajszibarack.** Befőzéshez lehetőleg korai, nagy, nem teljesen érett, hibátlan kajszibarackot vegyünk. A válo-gatott, mosott, meghámozott és elfelezett sárgabarackot vagy citrommal töröljük át, vagy pedig a már leírt mó-don öt percig kénezzük. Kénezés után a barackot leöb-lítjük és lecsurgatjuk. Az így előkészített gyümölcsöt tovább kezeljük, ahogyan azt az előfőzött vagy párolt cseresznyénél leírtuk.

**Őszibarackot** is így teszünk el, azzal a különbséggel, hogy a szirupban nemcsak átmelegítjük, hanem forgatva egyszer fel is forraljuk. Ezenkívül egyliteres üvegre 25—30 dkg cukrot veszünk, és ezt ugyanannyi vízzel fel-forraljuk.

**Sárgabarackot** előfőzés, forrázás és sterilizálás nélkül nyersen is konzerválhatunk. Az eljárást a következő re-ceptnél írjuk le.

**Őszibarack.** Vegyünk nagyszemű, duránci fajta, vagy kései magvaváló félérett gyümölcsöt. Az őszibarackot meghámozzuk, félbevágjuk, és két órán át kénezzük, majd leöblítjük, lecsurgatjuk. Ezután lemérjük, minden kilogrammra 50 dkg cukrot veszünk. A barackot egyen-ként jól megforgatjuk a cukorban, ezután a gyümölcsöt

nyomás nélkül üvegbe töltjük. Minden literre 2—3 evőkanál alkoholt öntünk, és légmentesen lekötjük. Ha minden elővigyázat ellenére a befőtt forrásnak indul, akkor öntsünk hozzá kevés alkoholt, és így megakadályozhatjuk a romlási folyamatot. Ha az őszibarack sok levet enged, akkor a barackot kisebb üvegbe rakjuk és fölösleges levét (főzés nélkül, hidegen) külön üvegbe töltjük. Kellemes, üdítő italt nyerünk így.

**Őszibarack egészben.** Hámozott őszibarackból készítjük, de eltehetjük a barackot héjastól is, ha alaposan megmossuk, lecsurgatjuk és utána megszurkáljuk. Az üveg minden literjére 35 dkg vízben, 35 dkg cukrot oldunk. Az oldatot felforraljuk és benne 1—2 percig előfőzzük a gyümölcsöt, vagy forrás nélkül 10 percig átmelegítjük. A barackot ezután kétliteres uborkás üvegbe rakjuk, a szirupot ismét felforraljuk és a barackra öntjük. Ha sok a leve, erős tűzön, hirtelen beforraljuk, ha kevés, vízzel szaporítjuk. Az üveget színültig töltjük. Végül minden üvegbe kevés alkoholt öntünk. Lezárás után az üveget 12 órát szárazgőzbe tesszük.

**Zöldringló.** Befőzésre haragoszöld, kemény, de már kifejlődött, egyforma nagyságú, nagyszemű ringlót vegyünk, melynek megszurkált héján az előfőzés után csak alig látható repedések lesznek. Az ilyen gyümölcs héja nem foszlányosodik. A ringlót megmossuk, szárát eltávolítjuk, leöblítjük, lecsurgatjuk, megszurkáljuk és forrásban lévő borecetes vagy citromsavas bő vízben előfőzzük. (Egy liter vízhez 2 dkg borecetet vagy 2 g citromsavat adunk.) A gyümölcsöt csak addig főzzük, míg egyik-másik ringló héja megreped. Ezután a gyümölcsöt azonnal üvegbe szedjük, közben az üveget rázogatójuk. Az előfőző vízbe az üveg minden literjére 30 dkg cukrot oldunk. Az oldatot gyorsan forraljuk, habját leszedjük, és amikor lobogva forr, a gyümölcsre öntjük.

Ezt az eljárást megismételjük. Az üvegeket színültig, a szokott módon töltjük és szárazgőzbe állítjuk. Befőzési ideje június vége.

**Vegyes kompót.** Háromliteres vagy még nagyobb üvegben célszerű készíteni. A háromliteres üveghez  $1\frac{1}{4}$  liter vízben 54—60 dkg cukrot és 2 g citromsavat oldunk. Körtét, őszibarackot, almát megtisztítva, egyenlő nagyságú gerezdekre vágva (a barackot felezve) öt percre kénezzük vagy kénezés nélkül egyszerre csak annyit tisztítunk meg, amennyit gyorsan előfőzhetünk. Így nem lesz ideje a levegőn megbarnulni. Az üveget fémlapra állítjuk. A forrásban levő szirupba egyszerre csak annyi gyümölcsöt teszünk, amennyit a fölforrásig kényelmesen megforgathatunk. Amint a gyümölcs felforr, azonnal átszedjük az üvegbe. Az üveget nyakáig töltjük meg a gyümölccsel, de nem túl szorosan. A gyümölcsre a szirupot egyszer-kétszer ráforrázzuk, ha szükséges, gyorsan besűrítjük, vagy vízzel kiegészítjük. Az üveget színültig töltjük a sziruppal, lekötjük, és azonnal szárazgőzbe állítjuk.

**Birsalmát** is így teszünk el. A gyümölcsöt rugalmasan puhára előfőzzük, üvegbe rakjuk, szirupját literenként egy-két szegfűszeggel és 1 g citromsavval ízesítjük és a gyümölcsre forrázzuk. Az üvegeket lekötjük, és azonnal szárazgőzbe helyezzük.

## 2. SÚRÚ CUKOROLDATBAN TARTÓSÍTOTT KÉSZÍTMÉNYEK

Tudjuk, hogy a sűrű cukoroldatban a mikroorganizmusok nem fejlődnek, mert az ilyen cukoroldat testükből vizet von el. Ezért használunk a gyümölcsök konzerválásánál töményebb cukoroldatot. A konzerválás folyamán a gyümölcsből is vonunk ki vizet és azt cukorral

helyettesítjük. Ezáltal különleges zamathatásokat érünk el. Mivel a vízelvonás folyamata lassú, az ilyen gyümölcskonzervek készítése 6—7 napig is eltart. A gyümölcsön, mind töményebb cukoroldatot alkalmazva, naponta váltsuk a cukoroldatot, azaz az előző napinál sűrűbb szörpöt öntünk a gyümölcsre. A naponta felforrait szörp a húzatást meggyorsítja, egyidejűleg a cukorlevet sterilizáljuk, és a keletkező hab eltávolításával, megtisztítjuk.

A megfelelően előkészített gyümölcsöt lapos, alacsony, széles, zománczott lábasba tesszük. Az első napon olyan cukoroldattal forrázzuk le, amely  $\frac{1}{2}$  kg cukorból és egy liter vízből készül. A levét másnap és a következő napokon leöntjük a gyümölcsről, újból felforraljuk, közben egyenlő részletekben annyi cukrot oldunk fel benne, hogy az utolsó napon elérjük a szükséges töménységet. Ezt a töménységi fokot úgy ismerjük fel, hogy a cukoroldatból főzőkanállal próbát veszünk ki, ebből egy cseppet hideg mutatóujjunkra veszünk, és hozzáértetjük hüvelykujjunkat. Ha két ujjunkat szétnyitjuk, a cukoroldat szálszerűen, 1—2 cm hosszúra nyúlik. Ilyenkor azt mondjuk, hogy a cukor szálat enged. Ekkor az oldat egy liter vízre már 2 kg cukrot tartalmaz, és a gyümölcs levétől már nem hígul fel. Az ilyen oldatot már nem főzzük tovább, mert könnyen megbarbanul. Befejezésül az utolsó napon a cukorszörpöt, a gyümölccsel együtt, egyszer felforraljuk, a gyümölcsöt üvegbe rakjuk, a szörphöz pedig kevés 10%-os citromlevet adunk. Literenként 10 dkg reszelt burgonya-cukrot is tehetünk hozzá. Ezáltal megakadályozzuk az oldatban lévő cukor kristályosodását. A fenti eljárással zölddiót, cseresznyét, zöld mandulát, kantalupdinnyét, görögdinnye héját konzerválhatunk. Kitűnő cukrozott gyümölcsöt nyerünk.

**Földieper sűrű cukorban.** Frissen szedett, piros, félérett, közép nagyságú epret megmosunk, lecsurgatjuk, megszikkasztjuk, majd óvatosan eltávolítjuk a szárát. Kilogrammonként 80 dkg cukorral lecukrozzuk, és 24 órát pihentetjük. Másnap a levét leöntjük, felforraljuk, forrón ráöntjük az eperre, de csak addig hagyjuk állni, amíg kihűl. Ekkor újból leöntjük a levét, újra felforraljuk, habját leszedjük és ismét az eperre öntjük. Ezt a műveletet háromszor megismételjük. Egy-két nap után, a lé naponta egyszeri felforralása mellett, az epret szörpjével együtt, gyenge tűzön felforraljuk, majd azonnal és óvatosan átrakjuk üvegbe. Ha szükséges, levét hirtelen besűrítjük, kevés citromlevet vagy citromsav oldatot adunk hozzá, és forrón a gyümölcsre öntjük. Tetejére kevés alkoholt öntünk, celofánnal lezárjuk és 12 órát szárazgőzbe állítjuk.

**Kantalupdinnye cukorban.** Félérett kantalupdinnyét megmosva kettévágunk, magját belével együtt eltávolítjuk, a fél dinnyét 3 cm-es szeletekre vágjuk, a puha részeket kivágjuk és a húsból kisujjnyi vastag réteget a héján hagyunk. Külső zöld héját gondosan lehámozzuk, és 3 cm-es szeletekre daraboljuk. Közben annyi vizet forralunk, hogy a dinnyét ellepje. Literenként először 2 dkg borecetet vagy citromlevet, majd a dinnyét adjuk bele. Felforrásától számítva csak addig főzzük (kb. 12 percig), míg egy próbaként kivett darab hideg vízzel lehűtve rugalmassá és üvegesen áttetszővé, de nem puhává válik. Lapos, lyukas kanállal kiszedjük, lemérjük és a még forró előfőző lében minden kilogramm dinnyéhez 60 dkg cukrot oldunk. Forralás közben a cukoroldatot kanállal lehabozzuk, majd a dinnyeszeleteket leforrázzuk. Ezzel az oldattal a dinnyét egy-két napon át háromszor leforrázzuk. A szeleteket ilyenkor szűrőbe szedjük, a levét felforraljuk, majd a dinnyét a cukoroldatba visszarakjuk. Ha kihűlt, az eljárást megismétel-

jük. Most 24 órát állni hagyjuk. Másnap a műveletet megismételjük. Ha a leve sok, kissé sűrűbbre főzzük, és forrón ismét a gyümölcsre öntjük. Ezt az eljárást befőtnél 1—2, cukrozott gyümölcsnél 5—7 napon át ismételjük. Ez idő alatt a léhez, még háromszor hét, azaz összesen 21 dkg cukrot adunk (a dinnyehéj kilogrammjára számítva). Eltevés előtt a gyümölcsöt a cukorszörppel együtt egyszer felforraljuk, a dinnyét üvegbe rakjuk, a cukoroldathoz kevés citromsav oldatot keverünk és azon forrón ráöntjük. Tetejére kevés alkoholt öntünk, az üvegeket lezárjuk, és 24 órát szárazgőzbe tesszük. A készítményt már az első forrázásnál karikákra vágott citromszeletekkel és vaníliával ízesítjük. Befőzési ideje augusztus és szeptember hó.

**Görögdinnye cukorban.** Csak igen vastaghéjú gyümölcsből készítsük. A meghámozott, vastag héjon félcentiméternyi piros réteget hagyunk. Az anyagot egyébként úgy készítjük elő, és úgy konzerváljuk, mint a kantalupe-dinnyét. Vanília helyett egy-két szegfűszeggel is ízesíthetjük.

**Zölddió.** A gyenge zölddiót június 1—15-ig szoktuk befőzni. Befőzésre minden diófajta alkalmas. A diót kötőtűvel öt-hat helyen átszúrjuk, és 10—14 napon át reggel és este, váltott vízben áztatjuk, hogy elveszítse keserű ízét. Az áztatás utolsó napján a leszúrt diót forrásban lévő bő vízbe tesszük, és addig főzzük (kb. 15 percig), míg a próbánál a kötőtű nagyon könnyen beleszalad. A zölddiónál az előfőző vizet elöntjük. A diót hideg vízben lehűtjük, leszúrjuk és megmérjük. Egy kilogramm zölddióra 60 dkg cukorból, 3 dl vízzel, egy citrom levével, kevés citromhéjjal, kevés darabos fahéjjal, 4 szem szegfűszeggel ízesített cukoroldatot készítünk. Ezt felfőzzük, közben a keletkező habot leszedjük, a diót hozzáadjuk. A továbbiakban a kantalupe-dinnyénél leírt módon járunk el.

**Narancshéj sűrű cukorban.** Az egészben megmosott, vastaghéjú narancs héját 4—6 gerezdben leszedjük. Egy-két napig 8%-os sós vízben (1 liter víz — 8 dkg só) áztatjuk. Ezzel az eljárással a narancshéj keserű ízének egy részét kivonjuk, és pórusait fellazítjuk. Másnap a sós vizet elöntjük, és többször váltott friss vízben ismét egy napig áztatjuk. A vizet addig váltjuk rajta, míg sós íze teljesen el nem tűnik. Ekkor lemérjük, és kilogrammonként 33 dkg cukorral, és annyi vízzel, amennyi ellepi, fokozatosan melegítve felforraljuk és puhára főzzük. 24 órát állni hagyjuk. Másnap újabb 33 dkg cukorral felerősítjük a cukoroldatot, és lassú forralással néhány percre főzzük, majd 24—48 órát húzatjuk. Ez idő után ismét 33 dkg cukrot adunk hozzá, és lassan felforraljuk. Üvegbe rakjuk, befőzött levét citromlével felforraljuk, a gyümölcsre öntjük, és szárazgőzbe állítjuk. Eljárhatunk úgy is, hogy a cukoroldatban kihűlt gyümölcsöt rakjuk üvegbe, és szörpjét színültig rátöltjük. Lezárva tároljuk. A citrom vastag héját ugyanígy konzerváljuk. Csak arra ügyeljünk, hogy kellő puhára főzzük.

**Cukrozott narancshéj.** A vastaghéjú narancsot megmossuk, megtöröljük, esetleg tormareszelőn egy vékony réteget lereszelünk róla, 4—6 darabban leszedjük, és forrásban lévő vízben 5 percig forraljuk. A vizet leöntve friss forró vízben 5 percig újra főzzük, majd harmadik vízben 5 kockacukorral puhára főzzük. A vizet leöntjük. Ezután a narancshéjat kis darabokra vágjuk, vagy gyűszűvel kiszaggatjuk és lemérjük. 1 kg héjhoz 1 kg cukrot és 2,5 dl vizet adunk, és az egészet lassan felfőzzük. Addig keverjük, amíg a héj a cukrot felveszi. Porcelán tálon szétrakva kihűlni hagyjuk, majd, hogy meg ne száradjon, dobozban vagy celofánzacskóban tartjuk. Nem tartós.

**Cukrozott gyümölcs.** A sűrű cukorban konzervált gyümölcs levét az üvegből kis lábasba öntjük, felfőzzük,

és óvatosan besűritjük. A gyümölcsöt visszarakjuk a cukoroldatba, és lassan, fokozatosan melegítve felforraljuk. A tűzről levéve rövid ideig állni hagyjuk. Majd egyenként kiszedjük, tála állított rácsra rakjuk, hagyjuk lecsepegni, ezután tiszta rácson, időnként megforgatva pormentes helyen megszikkasztjuk. Patent-üvegben tároljuk. Eljárhatunk úgy is, hogy a gyümölcsöt egy pillanatra forró vízbe mártjuk, leszikkasztjuk, és szálasra főzött cukoroldatba mártjuk.

### 3. DARABOS GYÜMÖLCSÍZEK

Darabos gyümölcsízt földieperből, cseresznyéből, meggyből, egresből, kajszibarackból, ribizliből, málnából, különféle szilvafajtából, őszibarackból, csipkebogyóból, áfonyából, narancsból és citromból készíthetünk.

A befőzésnél arra kell ügyelnünk, hogy a főzés minél rövidebb ideig tartson, és minél jobban kihasználjuk a pektint.

A gyümölcsíz főzését akkor fejezzük be, ha abból egy kávéskanálnyi a hűtött tányéron csomóban megáll, és nem folyik szét.

**Darabos földieper.** 1 kg zamatos, nem túl érett, közepnagyságú epret a befőzésnél szokásos módon elkészítünk, majd 40 dkg tört cukorral rétegezve lecukrozzuk. 24 órát állni hagyjuk, közben néhányszor megkeverjük. Másnap kb. félkilós részletekben főzni tesszük, és erős tűzön, folytonos keverés közben, 4—8 perc alatt besűritjük, majd kevés szűrt citromlével vagy citromsavval egyszer felfőzzük, és forró üvegekbe töltjük (színültig). Tetejére kevés alkoholt öntünk, az üvegeket kettős celofánnal lekötjük és szárazgőzbe állítjuk.

**Darabos eperíz (főzés nélkül).** Ehhez a készítményhez legjobb a számoça. A számoçát vagy az epret a szo-



kásos módon előkészítjük, megtörjük, és fokozatosan 80—90 dkg porcukrot keverünk minden kilogramm gyümölcshöz. Rozsdamentes habverővel erősen keverjük, míg a cukor teljesen felolvad. Ekkor csipetnyi citromsavat és  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  dl alkoholt keverünk hozzá. Azonnal üvegbe töltjük, és hűvös helyen tároljuk. Ha a gyümölcs nem volt túl érett, szép, aromás, kocsonyás készítményt kapunk. Ha a gyümölcs túl érett volt, megtörténhet, hogy sűreje felszáll az üveg felső részébe. Az ilyen készítmény alját szörpnek, tetejét pedig gyümölcslének használjuk.

**Málnából, ribizliből** hasonló módon készíthetünk ízt, ha egy liter áttört gyümölcspépet és egy liter porcukrot a leírt módon összekeverünk. A ribizlihez nem kell alkoholt keverni.

**Darabos ribizliíz.** Készítéséhez érett ribizlit használunk. A mosott és leszemezett ribizlit szörszitán áttörjük, levét felfogjuk, a szitán visszamaradt magot és héját bő vízbe dobjuk és óvatosan kevergetjük, hogy a héjából a magok a víz fenekére süllyedjenek, az üres héjak pedig a felszínre emelkedjenek. A víz szintjéről a gyümölcs héját leszűrjük és félretesszük. Az eljárást addig ismétljük, míg a héjat el nem különítettük. Most a héjáról a vizet leszűrjük, jól kifacsarjuk és a gyümölcsléhez adjuk. Az így előkészített gyümölcs minden kilogrammjához 35—40 dkg cukrot adunk, és 24 órát pihentetjük. Másnap, kb. félkilós részletekben, széles lábasban, állandó keverés mellett 3—4 percig forraljuk, majd üvegekbe töltjük, tetejére kevés alkoholt teszünk, és a szokott módon lekötvé, szárazgőzbe állítjuk. Befőzési ideje június vége. Ugyanezzel az eljárással feketeszőlőből is készíthetünk ízt, kilogrammonként 16—20 dkg cukorral.

**Darabos málnaíz.** Nagyszemű, nem túl érett, friss málnából készítsük. A málnamennyiség felét szitán áttör-

jük és az egészben maradt másik felével együtt kilogrammonként 40 dkg cukorral lecukrozzuk. A gyümölcsöt így 24 órát pihenni hagyjuk, közben néhányszor megkeverjük. Másnap félkilogrammos adagokban, a forrás kezdetétől számítva 4—6 percen át, állandó keverés mellett, hirtelen besűrítjük, majd üvegekbe töltjük. Tetejére kevés alkoholt öntünk és a szokott módon lekötjük, majd szárazgőzbe állítjuk.

**Darabos sárgabarackíz.** Készítésére a legalkalmasabb a teljesen, de nem túl érett, valódi kajszibarack. Jó, ha van közte néhány keményebb barack is. Ha a gyümölcs nem homokos és tiszta, mosatlanul rakjuk tálba és 2 órán át kénezzük. Szellőzés után a gyümölcs héját lehántjuk, magját eltávolítjuk, és kilogrammonként 20, de legfeljebb 30 dkg cukorral előcukrozzuk. Az egészet 24 órát állni hagyjuk, közben néhányszor megkeverjük. Másnap, széles két- vagy háromliteres lábasban, jó félkilogrammos részletekben, a forrástól számított 6—8 perc alatt, állandó keverés mellett besűrítjük, és mielőtt üvegekbe töltenénk, kevés citromlével összefőzzük. A színültig töltött üvegeket a szokott módon zárjuk, és szárazgőzbe állítjuk. Befőzési ideje július közepe.

Ugyanígy készíthetünk ízt más előkészített gyümölcsből is, csak a gyümölcsfajtától függően a cukor mennyisége eltérő. Az őszibarack lecukrozásához kilogrammonként 30 dkg cukrot veszünk (és kevés citromlevet adunk hozzá), a cseresznyéhez és meggyhez kg-ként 25—30 dkg-ot, a málnához és a ribizlihez 35—40 dkg-ot számítunk.

**Baracklekvár.** Nem túl érett, ép barackot egyenként megmosva és áttörölgetve kimagozunk, majd húsdarálón átdaráljuk. Kilogrammonként 30 dkg cukrot és 1 dl forró vizet számítva, sűrű szirupot főzünk, és amikor ez nagy hólyagokat vet, vagy grizesedni kezd, hozzáadjuk a ba-

rackot, nagyobb lábasba öntjük és folytonos keverés mellett hirtelen besűrítjük. A színültig töltött üvegeket a szokott módon zárjuk, és szárazgőzbe állítjuk. Ugyanígy készíthetünk meggylekvárt is.

**Darabos íz nyári vörösszilvából.** A válogatott, nem teljesen érett nyári vörösszilvát kimagozzuk, kilogrammonként 20—25 dkg cukorral előcukrozzuk és egy darabka egész fahéjjal másnapig pihentetjük. Ekkor kilogrammonként 15—20 dkg frissen reszelt vagy szeletelt almát adunk hozzá, és erős tűzön hirtelen besűrítjük (a fahéjjal). A színültig töltött üvegeket a szokásos módon zárjuk és szárazon dunsztoljuk.

**Darabos íz magvaváló szilvából és málnából.** 35 dkg cukorból és egy deciliter forró vízből sűrű szirupot főzünk, lehabozzuk és 75 dkg kimagozott, de egészben hagyott, szilvát forgatunk át benne, majd 5 percig ezen a hőmérsékleten tartjuk. Ha kihűlt, kiszedjük belőle a szilvát, a lét újra felforraljuk és megismételjük az egész eljárást. Harmadszorra a levét  $\frac{1}{4}$  liter málnalével vagy  $\frac{1}{4}$  kg friss málnával hirtelen besűrítjük, a szilvával egyszer jól összefőzzük és a szokott módon üvegbe töltjük. Tetejére kevés alkoholt teszünk, zárjuk, és szárazgőzbe rakjuk.

**Különleges szilvaíz.** 5 kg kimagozott, magvaváló szilvát húsdarálón ledarálunk, másfél deciliter jó borocettel és 1 kg tört cukorral elkeverjük. Egy darab egész fahéjat és vaniliát teszünk bele, és másnapig pihentetjük. Ezután legfeljebb egy kg-os részletekben hirtelen besűrítjük, és a részleteket nagyobb lábasban összegyűjtjük. Egyszer felfőzzük, 1 dl jó rumot adunk hozzá, jól összekeverjük, majd üvegekbe töltjük, és szárazgőzbe tesszük.

**Darabos csipkebogyóíz.** A teljesen puhára érett, nagyszemű bogyókat megmossuk, lecsurgatjuk, szikkasztjuk, majd csészéjüket és szárukat levágva kettévágjuk úgy, hogy a magjukat csomóban távolítsuk el. A tiszta gyümölcsbőrt lemérjük, és kilogrammonként  $\frac{1}{2}$  kg cukorból és  $1\frac{1}{2}$  dl vízből sűrű szirupot főzünk. A szirupot lehabozzuk, és amikor nagy hólyagokat vet, levesszük a tűzről,  $\frac{1}{2}$  kg akácmézket keverünk hozzá, és ha langyosra hűlt, hozzávegyítjük a gyümölcsbőrt. Az üvegeket színtől megtisztítjuk, légmentesen zárjuk, és sterilizálás nélkül tároljuk. Ez a csipkebogyóíz sok vitamint tartalmaz.

**Darabos narancsíz és citromíz,** Február hónapban készítjük. Kell hozzá egy darab 30 dkg-os vastaghéjú, világos narancs, egy db 30 dkg-os ugyanilyen citrom, 125 dkg kockacukor, 135 dkg víz, végül egy db 15 dkg-os citrom átszűrt leve. A megmosott, megszáritott gyümölcsöt lapos porcelán tányérba, rozsdamentes éles késsel előbb félbe, majd a magot eltávolítva, lehetőleg hajszálvékony szeletkékre vágjuk és háromliteres hibátlan zománcú lábasba rakjuk. A kimért hideg vízzel felöntjük és lefedve, 36—48 órát állni hagyjuk. Közben néhányszor felkeverjük. Ezután tűzön, nagy lángon, a forrástól számítva kb. 8 perc alatt, lehetőleg lefedve, hirtelen puhára főzzük. Ezt úgy állapítjuk meg, hogy egy szeletkét kivesszünk és két ujjunk között szétnyomjuk. Ekkor azonnal félreállítjuk. Kihűlés után a főzetet megmérjük és kilogrammonként 75 dkg cukrot adunk hozzá, és 36—48 órát ismét állni hagyjuk. Közben többször felkeverjük, főképpen addig, ameddig a cukor benne feloldódik. Harminchat-negyvennyolc óra után háromliteres lábasban, 3—4 adagban erős tűzön, folytonos keverés mellett, hirtelen besűrítjük. A forrás kezdetétől számítva 5—6 perc után hozzáöntjük a citrom levét, és egy percnyi főzés után, azonnal az előkészített üvegbe töltjük. Az üveg peremét megtisztítjuk, majd száraz-

ra töröljük. Tetejére pár csepp tiszta alkoholt öntünk, kettős celofánnal zárjuk, és azonnal szárazgőzbe állítjuk. Ha a gyümölcs nagyon vastaghéjú, 15 dkg vízzel és 5—10 dkg cukorral többet adhatunk hozzá.

#### 4. ÁTTÖRT GYÜMÖLCSÍZEK

**Csipkebogyóíz.** A nem túl érett, magjától megtisztított csipkebogyót kilogrammonként 2,5—3 dl forrásban lévő vízbe tesszük és fedő alatt gyorsan puhára főzzük. A főtt csipkebogyót sűrű szőrszítán, gumikesztyűben áttörjük, lemérjük. Ha túl híg, felforraljuk, kissé besűrítjük, kilogrammonként 30 dkg cukrot adunk hozzá és folytonos keverés közben hirtelen készre főzzük. Ezután üvegbe töltjük, és szárazgőzbe állítjuk.

**Eperíz.** A szép, piros, aromás földiepret nyersen áttörjük, és kilogrammonként 35—40 dkg cukorral előcukrozzuk. Másnapig állni hagyjuk, közben többször megkeverjük. Ezután részletekben 4—8 percnyi forralással besűrítjük, és kevés citromlével vagy citromsavval még egyszer felforraljuk. A szokott módon üvegbe töltjük és szárazon dunsztoljuk.

**Málnaíz.** A málnát mosás nélkül, nyersen törjük át. 1 kg léhez 35—40 dkg törött cukrot vegyítünk, és 12—24 órát hűvös helyen állni hagyjuk. Közben többször megkeverjük. Ekkor erős tűzön, részletekben, 4—6 perc alatt hirtelen besűrítjük, azonnal üvegekbe töltjük, tetejére kevés alkoholt teszünk. Az üvegeket a szokott módon légmentesen zárjuk, és szárazgőzbe tesszük. Befőzési ideje június hó vége.

#### 5. GYÜMÖLCSKOCSONYÁK

Gyümölcskocsonyának nevezzük a friss gyümölcs cukorral kevert, átlátszó, kocsonyássá sűrített levét. Francia névvel zselének is nevezik. Gyümölcskocso-

nyát csak olyan gyümölcsből készíthetünk, amely elég pektint tartalmaz. Ilyenek: a ribizli, az egres, az alma, a birsalma, a citrom és a narancs. A nem teljes érett gyümölcsben több a pektin. Zselék készítésekor a bogyós gyümölcsöt kilogrammonként 1 dl vízzel, fedő alatt csak rövid ideig főzzük, míg összeesik. Az almafélét héjastól, magostól aprítva, a citromot mag nélkül, csak annyi vízben főzzük puhára, amennyi éppen ellepi. A főtt gyümölcsöt szitára tesszük, levét porcelán edénybe csurgatjuk, a gyümölcsöt azonban nem nyomkodjuk át. A csurgatással nyert levet ülepedni hagyjuk, tisztáját leöntjük, szükség esetén újra átszűrjük. A szitán vagy szűrőn visszamaradt anyagból gyümölcsíz vagy sajtot készíthetünk. A leszűrt levet, széles, lapos lábasban kevergetve felforraljuk, majd a gyümölcshez kilogrammonként 80 dkg cukrot oldunk fel benne (állandóan kevergetve) és addig forraljuk, míg a hűtött tányérra csöpögtetett lé gyűrődve ráncosodik, csomósodik. Ha hideg vízbe cseppentünk az ilyen anyagból, akkor a csepp nem oszlik szét, hanem a pohár aljára süllyed. A főzés ne tartson túl sokáig, mert a túlfőzött lé könnyen meg barnul és megkeseredik.

**Ribizlikocsonya.** 1 kg megmosott, leszemezett, kissé szikkasztott ribizlit 50 dkg kockacukorból és 2 dl vízből készített, lehabozott, szálásra főzött szirupba öntünk, és kevergetés nélkül, az edény rázogatóásával néhányszor felforraljuk. Ezután edényre állított, tiszta szitára öntjük és préselés nélkül lecsurgatjuk. A levet pillanatok alatt mérsékelt tűzön a zselépróbáig főzzük, a még keletkező habot elkeverjük, és forrón színültig széles szájú üvegbe töltjük. Felületére kevés alkoholt öntünk, lezárjuk, és szárazgőzbe állítjuk.

Eljárhatunk úgy is, hogy a forró zselével töltött üveget nem kötjük le, hanem hagyjuk teljesen kihűlni, majd tetejére kevés alkoholt öntünk, és azonnal légmentesen lezárjuk.

**Málnakocsonya.**  $\frac{1}{2}$  kg friss málnát,  $\frac{1}{2}$  kg előkészített, leszemezett ribizlit kissé összetörve, fedett edényben felforralunk. Szitán átsurgatjuk, ülepedni hagyjuk, tisztáját lemérjük, felforraljuk és kilogrammonként 80 dkg törött kockacukorral zselépróbáig főzzük. Tovább ugyanúgy kezeljük, mint a ribizlikocsonyát.

**Egreskocsonya.** A félérett, előkészített egrest annyi vízzel főzzük puhára, amennyi éppen ellepi. Ezután az egrest szitán vagy ruhán átsurgatjuk, ülepedni hagyjuk, tisztáját lemérjük és minden kg léhez 50 dkg cukrot teszünk. Az egészet felforraljuk, közben habját lezedjük és zselépróbáig hirtelen besűrítjük. Tovább úgy járunk el, mint a ribizlikocsonyánál.

**Birsalmakocsonya.** A friss, nem túl sárga birsalmát megmossuk, szárazra töröljük, héjastul, magostul apróra felszeleteljük, és annyi citromsavas vizet (1 liter víz,  $\frac{1}{2}$  citrom leve vagy 1—2 g citromsav) öntünk rá, hogy teljesen ellepje. A birsalmát puhára főzzük és szitán átszűrjük (a visszamaradt héjas részből sajtot készíthetünk). Most egy másik birsalmát is felszeletelünk és az előbb leszűrt lében puhára főzzük, nyomkodás nélkül lecsurgatjuk, és az összegyűjtött, leülepedett, leszűrt lébe kilogrammonként 80 dkg cukrot teszünk. A cukrozott lét zselépróbáig főzzük, és apró üvegekbe töltve kihülés után lekötjük. Birsalma helyett vehetjük csak a magházát és a héját, de akkor kissé több vízben főzzük az anyagot, 24 órát pihenni hagyjuk, és csak akkor szűrjük le, és dolgozzuk fel tovább.

**Almakocsonya.** Ugyanúgy készül, mint a birsalmakocsonya, csak mielőtt üvegbe töltenénk, még citromlevet vagy citromsavat is teszünk hozzá.

**Citromzselé.** Négy közepes vagy három nagy citrom héját vékonyan lereszeljük, levét kifacsarjuk, magját

eltávolítjuk, húsát húsdarálón ledaráljuk, majd 1—2 csésze vízzel a kifacsart citromlével együtt kb. 15 perc alatt puhára főzzük, áttörjük, ülepedni hagyjuk, lemérjük és kilogrammonként 80 dkg cukorral zselépróbaig főzzük. Üvegekbe töltjük és tovább úgy kezeljük, mint a többi zselét.

**Birsalmasajt.** A friss, félérett, nagy, sárga. birsalmát megmossuk, szárazra töröljük, és héjastól a magházig lereszeljük. Közben előre lemért, kétliteres, jól fedhető lábasban, kis lángon, ujjnyi vizet forralunk és a birsalmát egyenként a forró vízhez adjuk (amint lereszeltük). Most erősebb tűzön, óvatosan, többször megkeverve, fedő alatt megpuhítjuk a birsalmát, és ha szükséges, 1—2 kanál forró vizet öntünk hozzá. Mire megpuhul, ne maradjon alatta lé. Kb. 10 perc múlva a birsalma puha lesz. Ha a birsalmát ujjunkkal szétnyomhatjuk befejezzük a forralást, és a főtt anyagot villával egyenletes péppé törjük. A pépet lemérjük, és minden kilogrammjához 90 dkg cukorból és 2 dl vízből szirupot főzünk. Ha a szirup grizesedni kezd, gyorsan beleöntjük a még forró birsalmapépet, és a forrástól számítva 8—10 perc alatt besűrítjük. Mielőtt formába töltenénk, kevés citromlét vagy citromsavat keverünk hozzá. Ha a kiöblített és kicsurgatott formában a massa kihűlt, tálra vagy deszkára borítjuk. Lehetőleg ne készítsünk sokat egyszerre. Ha mégis nagyobb mennyiséget készítünk, akkor egymás után puhítsuk az adagokat, és lefedhető, nagyobb lábasba gyűjtsük őket. A megmért anyaghoz azután a fenti módon hozzáadjuk a szükséges cukormennyiséget, és ha egyszer felforrt, a tűzhely szélére állítjuk. Onnan azután jó félkilós részletekben besűrítjük és formába töltjük. Mielőtt formába töltenénk, diót, mandulát vagy reszelt citromhéjat keverhetünk hozzá. Ha a forró birsapépet áttörjük mielőtt a cukorba tennénk, a főzés ideje



a felére csökken, mert a rostjától megszabadított pép könnyebben megszilárdul.

**Paradicsom-citromíz.** Befőzési ideje augusztus 20-tól szeptember 1-ig. Egy kilogramm mosott, élénk színű vörös, simahéjú ún. almaparadicsomot leforrázunk, héját lehúzzuk, és darabokra vágjuk. 75 dkg cukorral előcukrozzuk és 24 órát állni hagyjuk. Másnap reggel levét leöntjük, felforraljuk, lehabozzuk és  $\frac{1}{4}$  kg, húsdarálón ledarált vagy hajszálvékonyra szeletelt citromot adunk hozzá, majd lefedve, kb. 8—10 perc alatt puhára főzzük. Ezután beletesszük a darabos paradicsomot, egy kávéskanál gyömbért vagy e helyett vaníliát, és két részletben, erős tűzön, hirtelen besűrítjük. Üvegekbe töltjük, és szárazgőzbe állítjuk.

## 6. TARTÓSÍTOTT GYÜMÖLCSLEVEK

Feldolgozás előtt a válogatott gyümölcsöt mindig mossuk meg többször váltott, hideg vízben, hogy lemosuk az esetleges mérgező permetezőszereket.

**Málnalé.** A friss málnát áttörjük, 1 kg léhez 40 dkg cukrot adunk, és 24 órát hűvös helyen állni hagyjuk. Közben többször megkeverjük, hogy a cukor feloldódjon. Másnap egyszer felforraljuk, a habot leszedjük és szűknyakú, száraz, fehér üvegekbe töltjük. Az üvegeket színültig töltjük, celofánnal és marhabéllel lezárjuk, és 24 órát szárazgőzbe tesszük. Ha az áttörés után a szítán visszamaradt kisebb mennyiségű magot kétszer annyi súlyú ún. cigánymeggyel együtt előcukrozzuk (1 kg-ként 30 dkg cukor), pihentetjük, majd másnap hirtelen besűrítjük, jó gyümölcsízűt kapunk.

**Málnalé más módon.** 1 kg friss málnát szítán áttö-rünk, és lefedve félretesszük. A szítán maradt magot

egy liter 50°C hőmérsékletű vízzel tiszta tálba tesszük, két tenyerünk között a magot jól átdörzsöljük, majd újra áttörjük. A visszamaradt magot eldobjuk. A másodszor nyert levét felforraljuk. Ebben 1 kg cukrot és 2—4 g citromsavat többször felkeverve feloldunk. Ha újra forni kezd, hozzáöntjük a félretett málnalevet. Habját leszedjük, és amint felforrt 1 g benzoe-savas nátriumot vagy kevesebb szalicilt keverünk hozzá, és azonnal üvegekbe töltjük, kettős celofánnal zárjuk, és szárazgőzbe állítjuk.

**Meggylé.** Cigánymeggyből készíthetjük a legzamatosabb levét. A szártalanított meggyet mosás után lecsurgatjuk, kevés ideig szikkasztjuk. Tál fölött kimagozzuk, tiszta húsdarálón ledaráljuk, kilogrammonként 30 dkg porcukorral keverjük, lefedve, hűvös helyen 2 órát állni hagyjuk. Közben többször felkeverjük. A megpuhult meggyhúsból ezzel az eljárással több levét nyerünk. Ezután azonnal áttörjük, felforraljuk, és kg-ként 1 g citromsavval és  $\frac{1}{2}$  g benzoe-savas nátriummal elvegyítjük, és az üvegeket színültig töltjük. Celofánnal és száraz marhabéllel zárjuk, és szárazgőzbe állítjuk.

**Ribizilé.** Teljesen a málnalé módján készül.

**Eperlé.** Az epret áttörjük és a nyert eperlevet kilogrammonként 40 dkg cukorral elkeverve másnapig állni hagyjuk. Közben néhányszor felkeverjük. A cukrozott lét csak félkilogrammos részletekben főzzük a forrás kezdetétől számítva két percre, hogy színét és zamatát ne veszítse el. Főzés közben a habot leszedjük, majd kevés citromlevet teszünk hozzá. Még egyszer felforraljuk, és azonnal üvegekbe töltjük. Az üvegeket celofánnal és marhabéllel zárjuk, és rögtön szárazgőzbe állítjuk. Széles szájú üvegekbe töltjük, mert a lé könnyen megkocsonyásodik, és akkor kanállal kell kiszedni. Tejberizshez különlegesen szép és jó is.

**Szőlőlé.** Nem túl érett izabella- vagy otelló-szőlőt kiperéselünk és a levét a héjával 12 órán át állni hagyjuk. A tisztáját leszűrjük, megmérjük, és literenként 10—16 dkg cukorral felforraljuk, lehabozzuk, palackozzuk, zárjuk és szárazgőzbe tesszük. A visszamaradt héjas húsból dzsemet főzünk.

**Birsalmalé.** Mosott, reszelt birsalmára annyi vizet teszünk, hogy bőven ellepje és fedő alatt, nem túl puhára főzzük. Ezután szitán átszűrjük, közben a szitát meleg lábassal leborítjuk, mert így könnyebben megy a szűrés. A léhez kilogrammonként 40 dkg cukrot és egy citrom levét vagy citromsavat teszünk. Felforraljuk, habját leszedjük, és azonnal száraz üvegekbe töltjük. Az üvegeket celofánnal és marhabéllel zárjuk és szárazon gőzöljük. A visszamaradt gyümölcshúsból gyümölcsízt főzünk.

**Szederlé.** A tisztán szedett érett szedret hibátlan edénybe tesszük, és fedővel leborítjuk. Az edényt a szederrel együtt vízzel félig telt, nagyobb lábasba állítjuk. A lábasban addig forraljuk a vizet (benne az edénnyel), míg a szeder összeesik. Közben a fedőről lecsapódó vizet letöröljük. A főzés közben keletkezett lét leszedjük, a maradékot pedig szitán szűrjük át, nyomkodás nélkül. A lét megmérjük. Kilogrammonként 40 dkg cukrot adunk hozzá, felforraljuk, lehabozzuk, és üvegekbe töltjük úgy, ahogyan azt a birsalmalénél leírtuk.

Eperből, szamócából, ribizliből, kimagozott fekete-meggyből, szőlőből, nedvdús szilvából úgyanígy készíthetünk gyümölcslevet.

**Erjesztett málnaszörp.** A málnát jól összetörjük, és teljesen ép, zománcozott vagy üvegedényben, nem túl meleg helyen két napig erjedni hagyjuk. Ezután szűrőruhába kötjük, és éjszakán át csöpögni hagyjuk. A málnalét lemérjük, és kilogrammonként 65 dkg cukorból és

2 dl forró vízből szirupot főzünk. A szirupról a habot leszedjük, majd addig főzzük, míg hólyagos nem lesz. Ekkor a málnalét hozzákeverjük. Ezután a keveréket felforraljuk, de csak addig hagyjuk a tűzön, míg a keletkező habot leszedjük. Üvegbe töltjük, celofánnal és marhabéllel zárjuk, és szárazon gőzöljük.

## 7. GYÜMÖLCSVELŐ TARTÓSÍTÁSA

Gyümölcsvelőt csak hibátlan, egészséges, érett gyümölcsből készítsünk. Az epret, málnát, ribizlit, kajszi-barackot, őszibarackot előkészítjük, és nyersen áttörjük. A pépes anyaghoz kg-ként 1,5 g benzoe-savas nátriumot keverünk. Méretünk pontos legyen. A kész keveréket száraz üvegbe töltjük, szaliciles vízben kifőzött parafadugóval szorosan ledugaszoljuk. Amikor a dugó kiálló vége megszáradt, olvasztott parafinba mártjuk. Az üvegeket fektetve tároljuk. Ezáltal a dugót nedvesség éri, megduzzad, és légmentesen zár.

Ha a barackféléket esetleg kénezzük, akkor lehéjazzuk, áttörjük, és egyszer felforraljuk. Kilogrammonként csak 0,5 g benzoe-savas nátriumot adunk hozzá. Ilyenkor az üvegeket celofánnal és bélllel zárjuk, és szárazgőzbe állítjuk. A bélllel zárt üvegeket nem fektetjük!

## 8. RESZELT ALMA

A jó minőségű, savanykás jonathán almát megmosuk, a romlott részeket kivágjuk, meghámozzuk, lereszeljük. Egy kg almára 10 dkg cukrot teszünk, és széles lábasban hirtelen besűrítjük. Ezután késhegynyi porrá-tört citromsavval még egyszer összefőzzük, és színültig üvegekbe töltjük. Az üvegeket lezárjuk, és szárazgőzbe

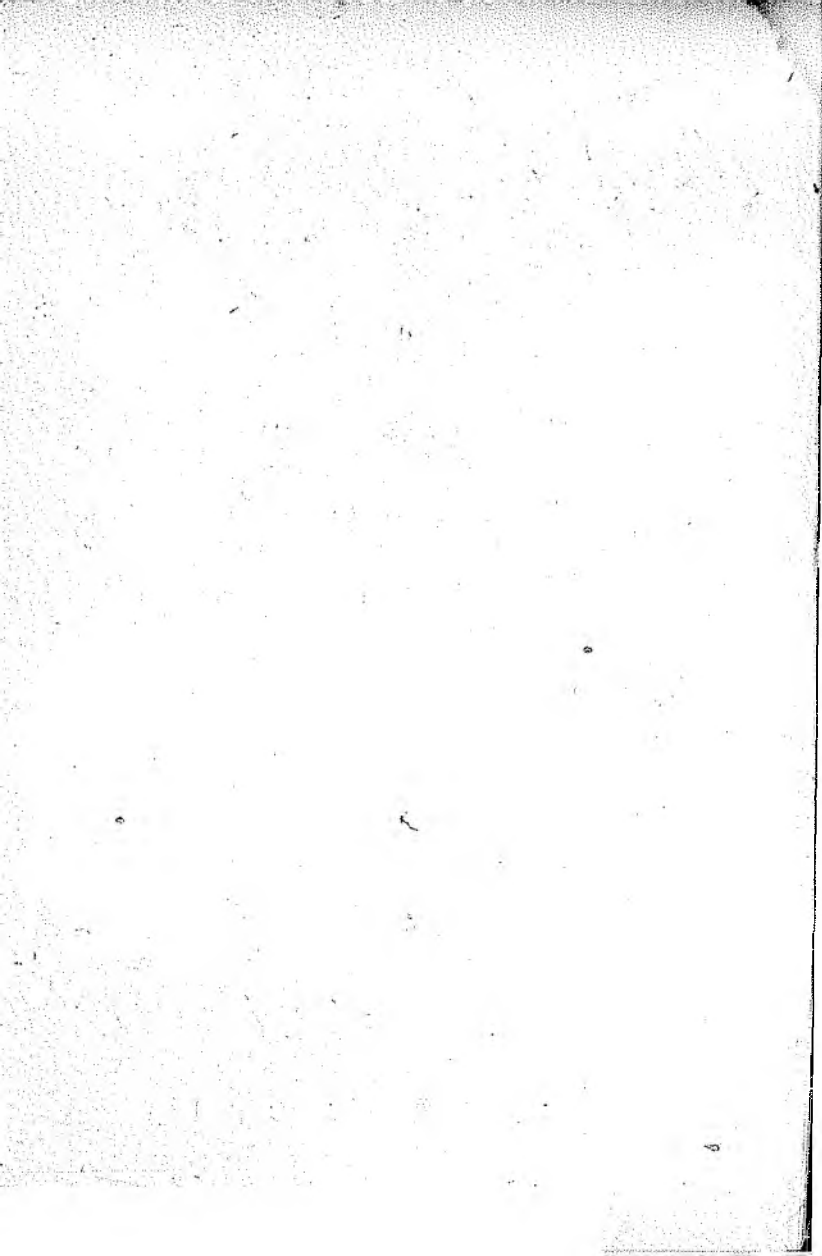
állítjuk. Kevés baracklekvárral, rumba áztatott mazsolával igen jó palacsintatöltelék.

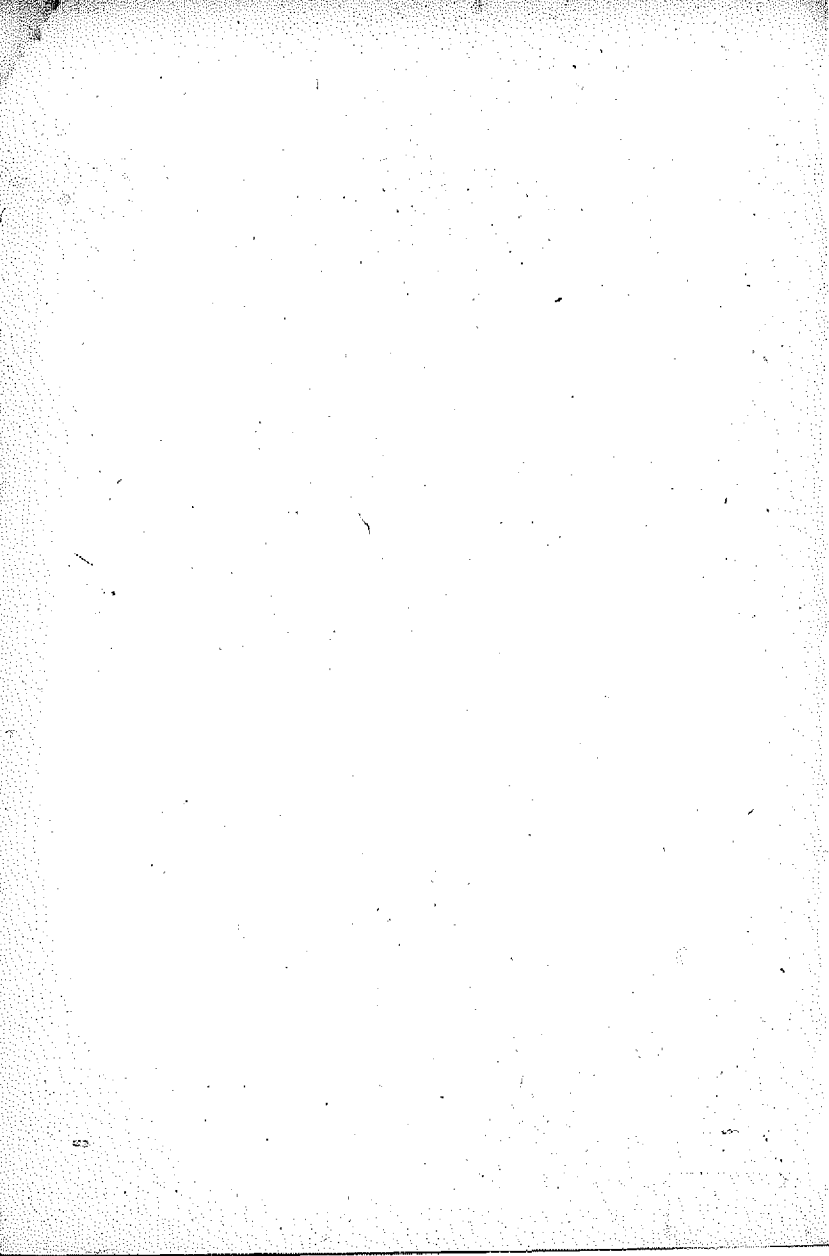
Kimagozott meggyet, cseresznyét ugyanezzel az eljárással tehetünk el télire.



A tapasztalt háziasszonynak rendszerint megbízható szemmértéke van. Ha nincs sem tapasztalatunk, sem mérlegünk, akkor mérésnél használjuk a következő táblázatot:

1 késhegynyi cukor	körülbelül	2,5 g
1 csapott kávéskanál cukor	„	2,5 g
1 nem túl púpos kávéskanál cukor	„	5 g
1 csapott evőkanál cukor	„	15 g
1 púpozott evőkanál cukor	„	20 g
1 késhegynyi só	„	2,5 g
1 csapott kávéskanál só	„	5 g
1 púpozott kávéskanál só	„	15 g
1 csapott evőkanál só	„	15 g
1 púpozott evőkanál só	„	30 g
1 késhegynyi benzoe-savas nátrium	„	0,1 g
1 púpozott kávéskanál benzoe-savas nátr.	„	0,7 g
1 csapott kávéskanál benzoe-savas nátrium	„	0,5 g
1 csapott evőkanál benzoe-savas nátrium	„	1 g
1 púpozott evőkanál benzoe-savas nátrium	„	1,5 g
1 késhegynyi szalicil	„	0,3 g
1 csapott kávéskanál szalicil	„	0,7 g
1 púpozott kávéskanál szalicil	„	2 g
1 csapott evőkanál szalicil	„	2,7 g
1 púpozott evőkanál szalicil	„	7,5 g





## TARTALOMJEGYZÉK

A házi konzerválás alapevei	7
Befőzéstechnikai eljárások	9
A tartósításnál használatos vegyszerek	11
A pektinanyagok	14
A kerti vetemények és gyümölcsök konyhatechnikája	18
1. A nyersanyag megválasztása	19
2. A kiválogatás	20
3. A nyersanyag mosása	20
4. A szártalanítás	21
5. A kimagozás	21
6. A megszurkálás	21
7. A hámozás	21
8. A darabolás	22
9. A kénezés	22
10. Az előfőzés	23
11. A húztatás	24
12. A cukoroldatok készítése	25
13. Az áttörés	26
14. A besűrítés	26
15. Az üvegedények kezelése	26
16. Az üvegbe töltés	27
17. Az üvegek zárása	28



18. A gőzölés — — — — —	29
19. Szárazgőzölés — — — — —	30
20. A tárolás — — — — —	31
<i>Receptgyűjtemény</i> — — — — —	33
<i>I. Kerti vetemények eltevése és tartósítása</i> — — — — —	35
1. <i>Párolt főzelékek</i> — — — — —	35
Zöldborsó — — — — —	35
Zöldbab — — — — —	36
Leccsó télire — — — — —	37
Tölteni való paprika paradicsomban — — — — —	38
2. <i>Sűritett készítmények</i> — — — — —	38
Paradicsompüré — — — — —	38
Paradicsomos paprika — — — — —	38
Ajvár — — — — —	39
3. <i>Olajban tartósított készítmények</i> — — — — —	40
Paprika olajban — — — — —	40
Petrezselyem vagy zeller zöldje olajban — — — — —	40
Sóska olajban — — — — —	41
4. <i>A paradicsom befőzése</i> — — — — —	41
5. <i>Sóval tartósított készítmények</i> — — — — —	43
A vegyes zöldség — — — — —	43
Sós paprikapép — — — — —	45
6. <i>Más módon eltett készítmények</i> — — — — —	45
Fűszeres paradicsom — — — — —	45
Tölteni való paprika sós vízben — — — — —	46
Piros paradicsom egészben — — — — —	46
Csiperkegomba — — — — —	46
Szárított gomba — — — — —	47
7. <i>Savanyítással tartósított készítmények</i> — — — — —	47
Nyári kovászos uborka — — — — —	47
Vizes uborka — — — — —	49
Savanyított gyalult káposzta üvegben salátának — — — — —	50
Hordóban eltett káposzta — — — — —	52
Ecetes uborka — — — — —	52
Uborkasaláta — — — — —	53

Színes paprika ecetben	— — — — —	53
Paradicsompaprika egészben	— — — — —	55
Vegyes saláta	— — — — —	55
Tök eltevése ecetben	— — — — —	56
Zöld kapor ecetben	— — — — —	56
Céklasaláta	— — — — —	56
<i>II. Gyümölcsök eltevése és tartósítása</i>	— — — — —	57
<i>1. Párolt befőttek</i>	— — — — —	57
Eper befőtt	— — — — —	58
Földieper ribizlivel	— — — — —	58
Cseresznye	— — — — —	59
Cseresznye szárazgőzben	— — — — —	59
Meggy és barack	— — — — —	60
Kimagozott cseresznye vagy meggy	— — — — —	60
Cseresznye cukor nélkül	— — — — —	60
Meggyhús és szörp	— — — — —	61
Rumosmeggy	— — — — —	61
Egres	— — — — —	62
Kajszibarack	— — — — —	62
Őszibarack	— — — — —	62
Sárgabarack	— — — — —	62
Őszibarack	— — — — —	62
Őszibarack egészben	— — — — —	63
Zöldringló	— — — — —	63
Vegyes kompót	— — — — —	64
Birsalma	— — — — —	64
<i>2. Sűrű cukoroldatban tartósított készítmények</i>	— — — — —	64
Földieper sűrű cukorban	— — — — —	66
Kantalupdinnye cukorban	— — — — —	66
Görögdinnye cukorban	— — — — —	67
Zölddió	— — — — —	67
Narancshéj sűrű cukorban	— — — — —	68
Cukrozott narancshéj	— — — — —	68
Cukrozott gyümölcs	— — — — —	68
<i>3. Darabos gyümölcsízek</i>	— — — — —	69
Darabos földieper	— — — — —	69



