Nie tylko dla preppersów

1 sierpnia 2022

W trudnym gospodarczo okresie mężczyźni dbają, by nie zabrakło środków do życia i bezpieczeństwo rodziny, a kobiety starają się zapewnić żelazne zapasy w spiżarni. Od dawna już można było dostrzec wśród kupujących ułatwiony sposób prowadzenia domu przez wyręczanie się gotowymi do szybkiego przygotowania zestawami obiadowymi, wypiekami, sałatkami itd. Robienie czegokolwiek na zapas, czy jak mawiały babcie „na czarną godzinę”, stało się anachroniczne, zbyt czasochłonne. Nadciągające niepewne finansowo miesiące dla większości rodzin będą wymagać zaradności.

Oto kilka prostych i tanich porad wynikających z doświadczenia i lektury dawnych poradników, które przy niewielkim wysiłku, nakładzie czasu i środków zapełnią nam półki spiżarni, kredensu. Sprzyja temu szczyt zbioru owoców jagodowych, jabłek, gruszek, śliwek, ziół i warzyw.

Owoce bez cukru

Każdy rodzaj owoców naszego klimatu po umyciu, oszypułkowaniu, czy wyjęciu pestek wystarczy włożyć do czystego słoja, zalać zimną wodą do ¾ wysokości, zamknąć i pasteryzować. Po 20 minutach wyjmujemy z gorącej wody, przewracamy do góry dnem sprawdzając szczelność i pozostawiamy w tej pozycji do ostygnięcia.

Mrożenie

Owoce miękkie (porzeczki, maliny, jagody, jeżyny, borówki, poziomki) po przygotowaniu jak wyżej, wkładamy w woreczki foliowe/kubki po śmietanie, lub jogurcie do zamrażarki.

Jedynym, acz istotnym zagrożeniem dla przetrwania jest dłuższy okres braku prądu.

Suszenie owoców

Jabłka, gruszki, śliwki po umyciu i pokrojeniu z zachowaniem skórki na ćwiartki, lub ósemki (w przypadku dużych owoców) cierpliwie suszymy na wyłożonej papierem blasze w piekarniku w temp. 70-80 stopni aż stracą wilgotność bez utraty elastyczności. Wystarczy dwa razy w ciągu dnia włączyć piekarnik na 15-20 minut. Uchylić drzwiczki dla pozbycia się pary i po 5 minutach zamknąć. Poza wykorzystaniem do kompotów doskonale zastępują niezdrowe chrupki. Przechowujemy w lnianym worku, albo w słojach z przykrywką lekko nałożoną jako osłona przed kurzem. Można dekoracyjnie wykorzystać kolorową serwetkę stołową z papieru nałożoną na słój zaciskając gumkę-recepturkę.

Suszenie warzyw

Kapitalnie sprawdzają się suszone warzywa: marchew, pietruszka, seler, por, papryka, pomidory. Warzywa korzeniowe jak marchew, seler, pietruszka po umyciu i obraniu kroimy w paski, układamy na blasze susząc powoli w piekarniku. Dobrze jest od samego początku kiedy jeszcze są wilgotne lekko posolić. Daje to gwarancję, że przechowywane w lnianym woreczku, słoju, papierowej torbie nie zostaną zaatakowane przez jakieś żarłoczne stworki.

Paprykę najlepiej kroić w paski, zaś pomidory kroimy zależnie od wielkości w ćwiartki, lub ósemki. Pamiętamy je posolić już w pierwszym cyklu suszenia, a dodatkowo świetnie i konserwująco wzbogaca je posypanie rozkruszonymi ziołami jak majeranek, tymianek, mięta, rozmaryn. Do pojemników szklanych, plastikowych wkładamy mieszankę, albo jeden rodzaj suszu. Zapewniamy dostęp powietrza wieczko lekko przymykając, lub perforując niewielkie otwory w plastikowym wieczku.

Cienkie liście porów suszymy pojedynczo rozłożone na blasze do przechowania w całości w zamkniętym słoju. Krojone w krążki tracą swój intensywny aromat, który niepotrzebnie przechodzi w inne równocześnie suszone artykuły w piekarniku.

Surowe musy z cukrem

Mus wymaga proporcji 1:1, czyli na jedną miarkę owoców jedna miarka cukru. Szczególnie pyszne i zachowujące na długo walory surowych owoców musy przyrządzamy z owoców miękkich i bardzo dojrzałych. Po dokładnym umyciu, pozbyciu się szypułek, oddzieleniu od łodyżek porzeczki, jagody, poziomki, maliny, jeżyny, czarne borówki starannie osączone na sicie wymagają odmierzenia. W tym celu przygotowujemy dwa identyczne pojemniki (szklanki, kubki, filiżanki). Jeden pojemnik napełniamy przygotowanym rodzajem owocu, drugi także do pełna – cukrem. W większym naczyniu łączymy zawsze w takiej samej proporcji owoce z cukrem i miksujemy do uzyskania jednolitej postaci pozbawionej kryształków cukru. Gęstość jest różna w zależności od owoców. Najszybciej tężeje do postaci galaretki czarna porzeczka. Inne potrzebują nieco więcej czasu. Po przelaniu do słoiczka należy pamiętać, żeby nigdy nie zamykać tej zawartości szczelnie; musi oddychać, więc najlepiej nałożyć papierową lub lnianą osłonę przed kurzem mocując ją gumką-recepturką. Staranne przygotowanie gwarantuje niezmienioną postać zawartości słoika przez rok (nie fermentuje, nie pleśnieje) trzymanej na półce w spiżarni, w temperaturze pokojowej. Znakomicie uzupełnia dodatek do budyniu, kisielu, herbaty. Łyżka stołowa musu dodana do kefiru lub maślanki z odrobiną śmietany daje doskonały jogurt owocowy.

Kto zapoznał się ze składem gotowego jogurtu owocowego, ten musi zawahać się nim go kupi. Nie powinno się stosować przy zakupie kryterium gęstości, która uzyskiwana jest dodatkiem potocznie określanym celulozą, bo taka jest baza zagęstnika. Wykryli to brytyjscy laboranci. Inne wykorzystanie zagęstnika

dotyczy pieczywa (zwłaszcza bagietek), makaronu, tartym serze, kiełbaskach, paluszkach rybnych, ciasteczkach i wszelkiego asortymentu fast foodów.

Tworzącym na jakiś czas pachnącym dodatkiem w kuchni są zioła podwieszone w wysokich punktach pomieszczenia, albo na klamkach okien. Po wyschnięciu bukietów zbieramy same liście do słoików i szczelnie zamykamy. Ręcznie zrobione etykiety na szklanych pojemnikach są dodatkową ozdobą i dumą kredensową.

Powodzenia w przyjemnej pracy wiewiórczego zapełniania spiżarni cieszącej oczy i podniebienia domowników.

Autorstwo: Jola
Na podstawie: Nashua.co.za
Źródło: WolneMedia.net