



# ГОСПОДИНЯ

Рецепти і поради

*У вас є хороші і смачні, перевірені часом, рецепти? Знаєте маленькі хитроці, які будуть корисні усім господарям? Поділіться з читачами «Ратнівщини». Телефонуйте і надсилайте листи.*

## ГОТУЄМО СТРАВИ З ГРИБІВ

### МАРИНОВАНІ ОПЕНЬКИ

Для маринаду потрібно: 1 літр води, 4 чайні ложки солі, 2 столові ложки цукру, 3 гвоздики, 3 лаврові листки, 6 горошин духмяного перцю, 1 маленька трубочка кориці, листя брусниці, 150 мл оцту.



Опеньки очистити від сміття, добре промити, розсортувати за розміром. Залити холодною водою, довести до кипіння, варити 3-5 хвилин, зняти піну, відкинути на друшляк, промити холодною водою. Тоді ще раз відварити, але вже у солоній воді з оцтом, варити 15-20 хвилин після закипання. Відцідити через друшляк.

Для маринаду закип'ятити воду, додати сіль, цукор, прокип'ятити 2-5 хвилин, зняти з плити, охолодити, влити оцет.

Банки вимити, простерилізувати. Розкласти гриби у банки на 2/3 об'єму, додати спеції (перець, корицю, лаврове листя, гвоздику, листя брусниці), залити маринадом, щоб опеньки вільно плавали.

Накрити банки прокип'яченими кришками. Стерилізувати півлітрові 15 хвилин, літрові - 20 хвилин. Після стерилізації герметично закрити, перевернути донизу дном і залишити до повного вистигання.

### СОЛЕНІ ГРИБИ

#### ГАРЯЧЕ ЗАСОЛЮВАННЯ

3 склянки води, 3 горошини перцю, 0,5 чайної ложки коріандру, 1 лавровий листок, 3 гвоздики, 4-5 зубчиків часнику, 1,5 столової ложки солі, 700 грамів грибів.

Гриби перебрати, ретельно вимити. Розрізати вздовж навпіл. Невеликі можна взяти цілими. Часник очистити і нарізати пластинками.

У каstrулі закип'ятити воду, додати сіль і гриби. Довести до кипіння, зняти піну, зменшити вогонь і варити 15 хвилин, про-

довжуючи знімати піну, доки бульйон не стане прозорим. Додати всі спеції і варити ще 7 хвилин.

Щільно вкласти гриби у стерилізовані банки, чергуючи їх із пластинками часнику. Влити проціджений відвар, дати охолонути, закрити кришкою і поставити у прохолодне місце.

#### ХОЛОДНЕ ЗАСОЛЮВАННЯ

5-6 листків вишні, 2 парасольки кропу, 10-12 листків смородини, 1 кг грибів, 2-3 лаврові листки, 100 г солі, 2 листки хрону, перець горошком, часник до смаку

Гриби вимити і залити холодною водою на 5-6 годин. На дно емальованого посуду насипати шар солі, покласти половину листя смородини, вишні, хрону, одну парасольку кропу. Викласти рядками гриби, пересипаючи кожен шар сіллю, перцем, часником і лавровим листям. Покласти зверху решту листя, накрити чистою тканиною, потім дошкою або тарілкою і поставити під гніт. Через 1-2 дні гриби осядуть і пустять сік. Гриби будуть готові через 30-40 днів. Після цього їх треба перенести в холодне місце.

#### АРОМАТНІ БІЛІ

1,5 кг білих грибів, 2 головки часнику, 2 листки хрону, по 3-4 листки смородини і вишні, 2 великі гілки кропу із суцвіттям, 1 невеличкий пучок чебрецю, 4 столові ложки з гіркою нейодованої солі



Очистити часник і надрізати навхрест, гриби перебрати, порізати на кілька частин. Відро або глибоку емальовану каstrулю без надщерблених ошпарити і обсушити. На дно викласти листя хрону, шар грибів, часник, частину зелені і листя, потім знову гриби. Кожен шар пересипати сіллю.

Зверху покласти парасольку кропу, злегка пом'явши їх у руках, поверх нього - дерев'яний круг або тарілку. Тарілку накрити полотняною серветкою, на неї покласти гніт. Гніт, серветку і тарілку раз на день промивати холодною перевареною водою. Коли тара

заповниться доверху, перенести її в холодне місце. Гриби будуть готові через 7 днів.

#### ІКРА З ГРИБІВ

0,5 кг ріпчастої цибулі, 1 склянка солі, 5 кг свіжих грибів, 1 склянка олії

Свіжі гриби почистити і ретельно промити в холодній проточній воді. Скласти гриби в каstrулю, додати 800 мл води і сіль. Варити на невеликому вогні 25-30 хвилин. Готові гриби мають осісти на дно, а бульйон - стати прозорим. Шумівкою виїняти гриби з каstrулі і подрібнити в комбайні, змолоти на м'ясорубці або посікти ножом. Цибулю нарізати кружальцями і підсмажити на олії до золотистого кольору. Змолоти на м'ясорубці і додати в подрібнені гриби. Пропорційно додати яблучний оцет (з розрахунку на 1 столова ложка на 1 півлітрову банку) і дрібно посічену зелень кропу та петрушки. Добре перемішати і щільно вкласти у стерилізовані півлітрові банки. Накрити прокип'яченими кришками і стерилізувати 45 хвилин.

#### ПАШТЕТ

1 кг грибів, 1 цибулина, 1 морквина, 2 столові ложки оцту, 75 мл олії, чорний мелений перець, 1 столова ложка солі, приправи до смаку

Гриби почистити, ретельно промити і зварити. Цибулю дрібно порізати, обсмажити в олії до золотистого кольору. Додати моркву, натерту на дрібній тертці. Обсмажувати 6-7 хвилин.

Гриби відцідити через друшляк, викласти на паперовий рушник. Пропустити через м'ясорубку або збити блендером до кашоподібного стану. Змолоти або збити цибулю і моркву. Посолити, поперчити, додати спеції до смаку. Можна також додати кілька зубчиків часнику.

Паштет вкласти у півлітрові банки і зверху влити по ложці оцту. Стерилізувати півлітрові банки 1 годину. Герметично закрити.

### БІГОС ІЗ М'ЯСОМ ТА ПЕЧЕРИЦЯМИ

400 г тонко нашаткованої свіжої капусти, 400 г квашеної капусти, 300 г м'ясої свинини, 300 г печериць, кілька ложок оливкової олії, 1 цибулина, 2 ст. л. соєвого соусу, третина склянки червоного сухого вина, 1 кисле яблуко, чверть склянки яблучного соку, чверть склянки води, 1,5 ч. л. солі, 1 ч. л. меленого перцю, 2 ч. л. м'ясої.



Обсмажити до золотистого кольору цибулю. Збільшити вогонь, додати перемелене м'ясо і смажити, помішуючи, 7 хвилин. По черзі долити і перемішати соєвий соус і червоне вино. Додати нашатковану свіжу капусту. Квашену ретельно промити і додати услід за свіжою. Все перемішати, варити далі.

Духовку розігріти до 180 градусів. Почистити й порізати на дрібні скибки печериці. Натерти яблуко. Додати печериці, яблуко і приправи у сковороду. Все перемішати, влити яблучний сік і воду, довести до кипіння. Накрити і поставити пектися в духовку на 30 хвилин. Після цього перемішати, зменшити температуру до 160 градусів і пекти ще 1,5 години, кілька разів перемішуючи.

### ГРИБНИЙ ПОРОШОК

Добре висушені або пересушені гриби подрібнити і перемолоти на порошок і кавомолці. При перемелюванні додати 5-10 відсотків за вагою дрібної солі для кращого зберігання. Можна також додати мелені прянощі: духмяний перець, кмин, сушене листя селери і петрушки.

Грибний порошок додають у страви у кінці приготування - не більше, ніж за 1 хвилину до закінчення, або просто в гарячу чи холодну їжу - салати, супи, основні страви.

Зберігати грибний порошок слід у скляній банці зі щільною кришкою у захищеному від світла місці. Термін зберігання - до одного року.

### ПЕЧЕНІ ОВОЧІ З ГРИБАМИ

200 г моркви, 100 г селери, 200 г картоплі, 100 г буряка, 100 г грибів (свіжі або заморожені), 0,5 головки брокколі, 50 мл оливкової олії, зелень петрушки, 1-2 зубчики часнику, 1 лимон, сіль, чорний перець

Всі продукти, окрім грибів, брокколі і зелені, ретельно помити, нарізати на великі шматки. Перекласти у форму для випічки та залити оливковою олією. Приправити сіллю й перцем. Поставити в розігріту до 180 градусів духовку та пекти приблизно 40 хвилин. Час від часу овочі перемішувати. За 10 хвилин до кінця додати гриби, нарізані на смужки і змішати з овочами. Брокколі варити 5 хвилин і сполоскати водою.

Тим часом приготувати соус. У глибоку мисочку налити оливкову олію, додати посічену зелень, тертий часник, сіль, перець, сік і цедру лимона. Змішати та відставити. Виїняти овочі з духовки, перекласти на полумиску, додати брокколі, полити зверху соусом. Прикрасити свіжою зеленню.

### КУРКА З ГРИБАМИ

4 курячі філе або інші частини курки (до 700 г), сіль, перець, 1 ст. ложка оливкової олії, 450 г грибів, 2 зубчики часнику, 400 мл консервованих помідорів

Приправити курку сіллю і перцем. У великій каstrулі нагріти олію і обсмажити курку з усіх боків до золотистого кольору. Перекласти на тарілку. Додати нарізані гриби, накрити кришкою і готувати до м'якості. Додати часник, помідори. Зменшити вогонь, тушувати, щільно накривши кришкою, 10-15 хвилин. Покласти курку з соусом, що віділівся, у каstrулю з грибною сумішшю, накрити кришкою, протушувати ще близько 10 хвилин.

#### КОРИСНІ ПОРАДИ

### НАРОДНІ ЗАСОБИ БОРОТЬБИ З МІЛЛЮ

Свого часу найефективнішим засобом проти молі вважався нафталін. Проте пізніше медики відкрили канцерогенні властивості цієї речовини і дійшли висновку, що для людини вона не менш небезпечна, ніж для молі. Тому сьогодні нафталін практично не використовується.

#### АПЕЛЬСИНОВІ ШКІРКИ

Сильний запах цитрусових відлякує дорослих метеликів. Свіжі шкірки слід розкласти біля продуктів харчування. У міру висихання і втрати аромату їх потрібно замінювати.

#### ГОСПОДАРСЬКЕ МИЛО

Господарське мило - це універсальний народний засіб для захисту від молі.

Шматки мила (бажано свіжого) розкладають у кишені одягу або в кухонні меблі.

#### ЛАВАНДА

З усіх народних засобів проти молі найбільш відома, мабуть, лаванда. Вона має сильний і досить приємний запах, довго не видихається, надійно відлякує дорослих метеликів і гусениць. Використовуються як сухі квіти лаванди, так і її ефірна олія. Листя лаванди в спеціальних пористих пакетах розкладають у шафах і між одягом. Ефірну олію у відкритих посудинах ставлять у шафах і тумбочках.

#### ГЕРАНЬ

Її запаху не виносять багато комах і міль - в тому числі. При цьому у великій квартирі потрібно

мати кілька кущів герані - по одній у кожній кімнаті.

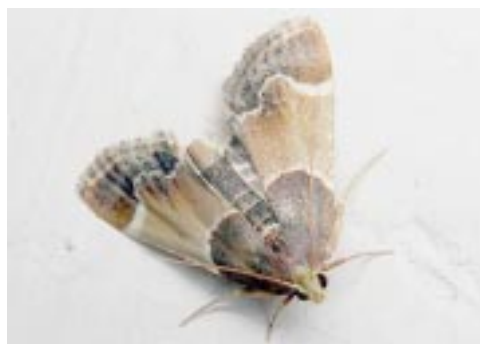
За аналогією з лавандою застосовуються також пижмо, чебрець, насіння кінського каштана, м'ята, гвоздика, розмарин і женьшень. При їх використанні важливо час від часу перевіряти, чи не видихалися ці препарати в шафах, і при необхідності замінювати їх новими.

Аналогічно з лавандовим маслом можуть застосовуватися в якості народних засобів також олії м'яти, евкаліпта, апельсина і гвоздики. Важливо пам'ятати, що всі перераховані вище засоби не дозволяють знищити вже наявну в будинку міль - вони тільки відлякують дорослих метеликів від шаф і тумбочок.

#### ЧАСНИК І ОЦЕТ

Завдяки неприємному запаху часник і оцет відлякують міль. Часник зазвичай просто зберігають у тумбочках, кухонних шафах і коморах разом з харчовими продуктами, а оцет додають у воду при прибиранні квартири.

Міль боїться як високих температур, так і низьких. Навіть якщо в одязі були яйця, личинки або



самки молі (самці - це ті самі крилаті метелики), прання речей при температурі вище 50 ° C або провітрювання на морозі нижче мінус 10 ° C знищить всіх комах.

Також досить ефективно провітрювання речей на прямому сонці: і личинки молі, і яйця важко переносять температури вище 30 ° C і гинуть під впливом ультрафіолетових променів.

Личинки молі та її яйця дуже слабо криплять на одязі. Гарного струшування його досить, щоб вони попадали на підлогу. Саме тому одяг, який носять постійно, рідко псується мілью.

#### У ЗАПИСНИК ГОСПОДИНІ

◆ Якщо гриби правильно висушені, на дотик вони ледь гнуться, а при зусиллі - ламаються. Пересушені гриби - кришаться. Недосушені - погано зберігаються, пліснявють при найменшій вологості і швидко псується.

◆ "Вихід" сухих грибів становить 10-14 відсотків до маси сирих, з 10 кілограмів сирих грибів виходить 1-1,4 кг сушених.

◆ Сушити гриби у духовці потрібно при температурі 60-70 градусів, з вентиляцією повітря та з відчиненими дверцятами духовки.

◆ Гриби можна сушити і в мікрохвильовці при мінімальній потужності 180 Вт з інтервалами у 20 хвилин. Провітрювати 5-10 хвилин і знову вмикати на 20 хвилин. Але пересушені гриби у мікрохвильовці можуть спалахнути.

◆ Розморожувати гриби, які заморозили свіжими, не відвареними, найкраще, переклавши їх у холодильник. Тоді вони не втраять вологи і смакуватимуть, як ті, що шойно з лісу.

◆ Для зберігання сушених грибів можна застосовувати вакуумні продуктивні контейнери, можна також посуд із грибами ставити в холодильник.