

Ваше
Плодородие

Сушите на здоровье!

Спецвыпуск 2016

Более 50 рецептов



Как сохранить дары природы

С фантазией и с любовью

**Выращивайте по-природному,
сохраняйте по-умному,
готовьте с фантазией,
кормите с любовью.**

Главные цель, задача и желание любого садовода — вырастить здоровый, полезный урожай. И желательно большой, чтобы хватило и летом-осенью поесть от души, и на зиму заготовить, а ещё лучше, чтобы хватило запасов до нового урожая.

**Конечно, круглый год в магазинах
можно купить все, что пожелаешь.**

Вопрос в том, какого качества и полезности? Садоводы прекрасно знают, как непросто вырастить здоровый урожай, а тем более хранить его в свежем виде долгое время. Поэтому мы, выращивающие растения по принципам природного земледелия, стараемся сохранить все до последней ягодки, до последнего корнеплодика.

Есть много способов заготовок

Однако самый лучший — это сушка, самый древний и в то же время самый современный способ сохранения урожая. Она позволяет практически максимально и надолго сохранять всё полезное, что есть в свежих овощах, фруктах, ягодах и травах.

В современном мире сушка производится в сушильных аппаратах.

На рынке сушилки представлены очень широко, с различными характеристиками и возможностями. И чем «умнее» сушилка, тем большими возможностями располагаете вы. На ней можно не только засушить овощей и фруктов, различных полуфабрикатов, но и приготовить блюда. Это не только пастила и цукаты, а также фруктовые конфеты, овощные чипсы, печенье, хлебцы, козинаки из злаков, орехов, семян и многое другое.

А уж как использовать высушенные полуфабрикаты каждая хозяйка придумает, нужно просто проявить немного фантазии и рецепт практически любого блюда легко адаптировать под сушености. Вспомним, например, сушеные грибы и огромное количество блюд, которое можно из них приготовить. А чем сушеные морковь или кабачок хуже?

Ну, а если кто-то ещё испытывает трудности с приготовлением блюд из сушёных заготовок, то мы надеемся, что наш журнал вам поможет. Мы делимся с вами своими любимыми рецептами. И надеемся, что вы, приготовив любое из блюд, подадите его вашим родным и близким с радостью и любовью.

Елена Иванова

Этот сборник составлен из рецептов и фотографий сотрудников уфимского клуба «Ваше Плодородие». Они делятся с вами своими лучшими рецептами блюд из сушёностей, а также соленья и квашения.



Обозначения рядом с рецептами:

— Готовим на сушилке



— Заготавливаем в банках



— Готовим и подаём на тарелке

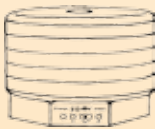
Здоровое питание, рецепты различных блюд из сушёностей на сайте: www.plodorodie.ru/zdorovo

Вкус лета – круглый год

ezidri

Для тех, кто предпочитает здоровое питание, есть возможность легко и просто сохранять дары лета.

С помощью изобретенной в Новой Зеландии бытовой электрической сушилки Изидри можно сушить не только фрукты и овощи, но и арбузы, дыни, грибы, мясо, рыбу, травы и даже цветы.



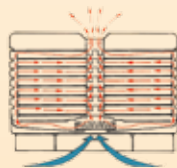
Главное достоинство Изидри

Она сохраняет в продуктах витамины, ферменты и другие полезные вещества, составляющие суть и энергию «живой», натуральной пищи.

Здесь нет высоких температур, обжигающего пара, кипящего рассола и добавок. Все, что нужно сделать — это нарезать продукты ломтиками одинаковой толщины. Например, ведро яблок нарезать, разложить на лотках, включить сушилку, можно и на ночь, а утром получить банку сушеных ароматных и красивых яблок. Такие сухофрукты сохраняют 96% биологически активных веществ. И хранить их лучше в банках под вакуумными крышками. Представьте на кухонных полках баночки с оранжевой морковкой, желтой тыквой, зелеными травами, красной земляникой, фиолетовым баклажаном — от такого декора слюнки потекут!

Благодаря особой системе направленного потока теплого воздуха процесс сушки осуществляется по всему объему равномерно,

независимо от количества лотков и переставлять их не нужно. Запахи не смешиваются, и можно сушить одновременно разные продукты.



Восстановить продукты просто

На стакан сухофруктов надо добавить стакан воды, для овощей — полтора стакана и подождать полчаса. Затем фрукты можно использовать как начинку для выпечки, положить в кашу, творог, а из овощей приготовить рагу, закуску. Вкус и аромат остаются естественными. Например, пицца с вялеными томатами, болгарским перцем, укропом из банок имеет настоящий вкус лета!

Изидри умеет готовить пастилу

Если включить фантазию и смешивать для её приготовления разные фрукты и овощи, получится необыкновенное лакомство и чудо-закуска. Можно приготовить батончики-мюсли, крекеры, сухие оладушки. Такие натуральные вкусности полезны всем, начиная от малышей.

Продукты, высушенные в Изидри

Палочка-выручалочка для тех, кто часто бывает в дороге или не успевает вовремя поесть на работе, а для школьников это возможность перекусить в любое время. Они разнообразят меню и вегетарианцев.

В общем, новаторские технологии, заложенные в кухонный заводик «Изидри», наводят на мысль о продуктах будущего.

Сайт www.ezidri.ru

Ягода-малина

Ода малиновому порошку или нет худя без добра

Несколько лет назад, когда я только осваивала сушилку Изидри, случился у меня такой казус. В тот год был большой урожай малины, и решила я её посушить. Ягода была крупная, чистая и я её даже не мыла. Собирала и сразу выкладывала на сетчатые листы отдельно по ягодке. Сушила на втором режиме. Аромат по дому шёл не описать, пожалуй только земляника, когда сушится, пахнет круче.

Я периодически проверяла. Малинка лежит целенькая, только чуть-чуть цвет меняет. Прошли сутки! Малина как лежала, так и лежит, не сохнет.

Прошло ещё время, пора с дачи в город уезжать. И только тогда стало понятно, что малина не только высохла, а сильно пересохла. Она стала воздушной и при нажатии рассыпалась.

И было у меня такой малины целая трёхлитровая банка. Как её использовать, я не знала. Но однажды меня посетила гениальная идея.

Смолола малину в кофемолке и отсыяла семена через сито

и получилась пол-литровая банка великолепного порошка бордового цвета с сильным малиновым ароматом.

Так началось моё увлечение фруктово-ягодными порошками. А что делать с ними я уж знаю.

Во-первых, использую для приготовления киселей. **Во-вторых**, добавляю в различные пюре при изготовлении пастилы для вкуса, цвета и запаха. **В-третьих**, готовые каши и творог. **В четвёртых**, для украшения выпечки. **В-пятых**, при изготовлении цукатов обсыпаю готовые, чтобы не слипались.

Я делаю фруктовые порошки из смородины, облепихи, из кожуры своих яблок и груш. На порошки я сушу не сами ягоды или фрукты, а отжимки, которые остаются после извлечения сока (соковыжималка, соковарка).

Мезгу выкладываю на лист для пастилы и в сушилку. Сушу до хрупкости и перемальваю в кофемолке. Порошок готов.

Елена Иванова

1. Кисель



2. Пастила



3. Творог



4. Выпечка



5. Цукаты





Порошок малиновый



Порошок смородиновый



Порошок облепиховый

Пирог «Трижды малиновый»

Ягодный порошок добавляю в тесто, когда готовлю бисквит.

На 4 яйца беру: 1 стакан сахара, 1 стакан муки, 2 ст. л. без горки порошка малины (или любых других ягод). Яйца взбиваю с сахаром до бела. Ввожу муку и малиновый порошок. Выкладываю в форму и выпекаю в мультиварке на режиме «выпечка» 50 мин.

Когда бисквит готов, разрезаю на два пласта и смазываю их сметаной (слой 0,5 см). На сметану выкладываю пастилу из малины. За счёт сметаны пастила восстанавливается и становится мягкой.

Сверху пирог смазываю кремом, приготовленным из малинового пасты (малиновый порошок восстановила натуральным йогуртом и взбила). Сверху на крем просеяла сахарную пудру, придающую эффект глазури.



Малиновые рулетики

Я надеюсь вам понравился мой пирог «Трижды малиновый». А ещё я готовлю экспресс-вариант малинового рулета.

Его приготовление займет у вас совсем немного времени, он мало затратен, но при этом очень вкусный. Такой рулет можно готовить даже на даче, порадовать и удивить близких, вечерним ароматным травяным чаем и вкусным десертом.

Лаваш-пелёнку смазываю сметаной, сверху кладу пастилу, посыпаю дроблёнными орехами, сворачиваю, убираю в плёнку и в холодильник на ночь. Очень просто, очень быстро и очень вкусно!

Елена Иванова



Любимая пастила

Моя любовь к сушилке Изидри — это любовь с первого взгляда. Увидела и поняла, что хочу именно её. Хочу, но дороговато. А тут на день рождения родственники подарили небольшую сумму денег. Добавила, купила сушилку и начала творить!

Поспевали ягоды и тут я начала готовить пастилу, я её просто обожаю! Пробовала разные рецепты и свои придумывала. Вообще, Изидри — это творчество без границ. Каждый раз пастила получается разная и обязательно вкусная.

Самая простая пастила — из яблок.

Яблоки режу, удаляю сердцевину, складываю в кастрюлю, наливаю немного воды, ставлю на сильный огонь. Выключаю через 5 мин после закипания. Яблоки распарились. Сливаю водичку, а в яблоки режу бананы, беру блендер и превращаю всё в однородное пюре.

Сахар добавляю немного или вообще не кладу. Если пюре густое, разбавляю водичкой, в которой яблоки варились. Если пюре жидкое, то пастила будет тоньше и высохнет быстрее.

Банан придаёт пастиле эластичность, особый привкус. Банан лучше добавить в пастилу из груши, тыквы, моркови, иначе пастила будет рваться во время сушки.

Лечебная и ароматная пастила с травами.

Готовлю пюре из яблок и добавляю распаренные и перекрученные через мясорубку листья мяты, малины, смородины. Она и вкусная и полезная!

Мне нравится пастила из моркови.

Я морковь хорошо промываю, варю. Разминаю, добавляю бананы, для аромата немного корицы, взбиваю блендером в однородное пюре и в сушилку.

Осенью, когда убираем урожай, хорошую крупную морковь кладём на хранение, а мелкую не знаем куда девать. А вы попробуйте из неё пастилу приготовить.

Нежная пастила получается из смородины и малины — так и тает во рту!

Я готовлю её на основе кабачков. Варю кабачки, на одну миску кабачков добавляю примерно одну миску малины (смородины), опять же пару бананов, измельчаю всё блендером и это готовое пюре перетираю через сито, чтобы убрать семена. Пюре жидкое растекается по листу, пастила получается тоненькая. Сохнет быстро: утром положил, к вечеру уже готово. Сворачиваю пастилу в трубочку и убираю в банки под крышки ВАКС на хранение. А часть режу на маленькие кусочки-рулетики. Пить чай с такой пастилой — удовольствие!



ВАКС — вакуумная система хранения продуктов. Состоит из многоразовых крышек и насоса. В качестве емкости используем обычные стеклянные банки.

Пользоваться просто. Банку накрываем крышкой. В центре крышки резиновый клапан, на который ставим насос. Просто откачиваем воздух из банки.

Продукты сохраняются значительно дольше, в сушке не заводится пищевая моль.



Есть у меня ещё один любимый рецепт — цукаты из тыквы.

Готовить цукаты можно с осени до весны, ведь тыква хранится долго. Захотела себя побаловать.

Беру тыкву, делю на сегменты шириной 5-7 см, их режу на кусочки толщиной 1 см, укладываю в высокую сковороду, пересыпаю сахаром, немного воды и самое главное - лимон. Лимон очищаю от кожуры, чтобы не горчил. Он придаёт тыкве особый аромат. Ставлю на огонь и как закипит, варю 10 мин на медленном огне. Когда остынет (лучше это делать вечером), вынимаю, даю стечь сиропу и выкладываю на сетку в Изидри. Сушу при температуре 50-55 градусов.

Цукаты лучше сушить на сетках, чтобы не прилипали к основному поддону. Цукаты получаются очень вкусными, курага рядом с ними «отдыхает»!

Сушите, творите, балуйте себя и своих близких вкусняшками от Изидри!

Ольга Ермолаева

Безотходное производство

Хороша земляника-ягода: хоть свежая, хоть в варенье, хоть сушёная. Зимой откроешь баночку с сушёной земляничкой и аромат-аромат. А ещё из земляники садовой получается великолепная пастила. Она не нуждается ни в каких вкусовых добавках, сама улучшает вкус пастилы из других фруктов и ягод.

В прошлом году у меня был такой обильный урожай земляники, что даже хватило для изготовления натурального земляничного сока. Сок выгнала через соковарку. Осталась большая масса жмыха. Он оказался вкусным и у меня не поднялась рука его выбросить. Решила сделать пастилу. В земляничный жмых добавила сахар по вкусу, вернула немного сока, для цвета добавила моего любимого малинового порошка. Всё хорошо взбила миксером. Получилась густая, пышная, ароматная масса, которую я и отправила в сушилку.



Пастила вышла очень вкусная, мягкая, эластичная и пористая. Понравилась даже больше, чем из свежих ягод. Теперь ни один жмых после соковарки не выбрасываю. Жалко. Облагораживаю различными добавками и в сушилку. Естественно сырьё, закладываемое в соковарку, требует дополнительной подготовки. Из яблок удаляю сердцевину, из вишни косточки. Конечно это дополнительная работа, но результат того стоит.

Елена Иванова

Яблоки и груши

Яблоки — полезнейший дар наших российских садов. Бывают настолько урожайные годы, что яблоки собираем мешками, раздаём родным и знакомым — и всё равно их некуда девать. Как сохранить это богатство, чтобы не пропало? Можно сделать яблочную заготовку.



Очередная партия яблок моется и быстро режется на четыре части, одновременно удаляются серединки с косточками и подпорченные места. Кожуру не снимать!

Подготовленный продукт помещается в большую кастрюлю (лучше с толстым дном, нержавеющей) или казан и ставится на огонь. Необходимо налить пару стаканов воды (не больше, чтобы только пар пошёл) и добавить немного сахара, если яблоки кислые. Можно добавить веточку мяты (мелиссы) для аромата — и закрыть крышку.

Закипело — убавить огонь и дать яблокам размягчиться, иногда помешивая. Не снимая с огня, в горячем виде, расфасовываем заготовку в подготовленные банки, закрываем крышками, переворачиваем, даём остыть под толстым полотенцем — и в погреб.

А зимой, когда захочется яблочного пирога — открываем баночку и используем эту ароматную яблочную массу. Не волнуйтесь, что заготовки будет слишком много, она не пропадёт.

Взбейте эту яблочную массу в блендере. Можно добавить варенье без сиропа, банан, кабачок, корочки лимона — на ваш вкус. И сделайте из полученной массы пастилу в сушилке! Вкуснятина — неопиcуемая!

Не успеете оглянуться, муж и дети уже всё умяли и просят ещё!

Ирина Царёва



Сок и пастила



Мои родители очень любят домашний яблочный сок, а сын — яблочную пастилу. Поэтому пастилы я готовлю очень много. У меня есть две помощницы — соковарка из нержавеющей стали и сушилка Изидри. Из яблок я делаю сок, а из пюре, которое остаётся после сока — пастилу. Измельчаю пюре блендером, и выкладываю на лист для пастилы. Сушить ставлю

на ночь. К утру пастила готова. Сворачиваю её в рулетики. В пастилу я ни сахар, ни мёд теперь не добавляю и она получается с лёгкой приятной кислинкой. Храню в холодильнике. Если места в холодильнике не хватает, то убираю в вакуумные пакеты или в банки под вакуумные крышки и в шкаф (храню в тёмном месте).

Наталья Петрова



Когда большой урожай

Раньше, когда было много груш и яблок я не успевала их перерабатывать. Но в прошлом году муж подарил мне сушилку Изидри и всё изменилось. Сушенники яблоками и грушами, пастилой и другими заготовками зимой балую родных.

Сушёные груши не темнеют, очень ароматные, вкусные, медово-сладкие. Нарезаю дольками, размещаю на лотке в один слой, сушу на сушилке Изидри и укладываю в банки под крышки Вакс.

Хранятся под крышками они замечательно, не пересыхают, это очень важно, потому что сушёная груша не сухая, а гибкая.



Зимой насыпаю сушёные яблоки и груши в банку 3 л, заливаю кипятком, накрываю крышкой Вакс и откачиваю воздух (до начала закипания жидкости в банке). Через 5-10 мин готов целебный компот. Можно добавить сушёные ягоды. Получится ягодный напиток.

Сушёную грушу использую при выпечке шарлотки. Если вы засушите груши, то конфеты вам уже не понадобятся.

А грушевая пастила — самая вкусная. Она получается сладкая, делаю её без сахара. На плите томлю груши и отдельно кабачки-цукини (очищаю от семян). Затем



всё измельчаю на блендере. Получается густая масса, выкладываю её на лист для пастилы. Готовую пастилу храню под «Ваксами» в трёхлитровых банках.

Очень люблю вяленую вишню.

Вишню очищаю от косточек, засыпаю сахаром и оставляю на 12 ч. Получившийся вишнёвый сок использую для приготовления цукатов из кабачков. А вишню раскладываю на сетчатых листах и сушу в сушилке. Вишня должна быть вяленая, а не пересушенная. Храню под крышками Вакс.



Вишня вяленая, благодаря щадящему способу приготовления, максимально сохраняет все свои полезные свойства, запах и вкус. Она и просто так очень вкусная, и ещё я её использую в десертах.

Римма Макарова

Советы по сушке фруктов

- ✓ **Чтобы яблоки не потемнели**, нарежьте их прямо в цитрусовый (анасовый) сок. Через 5 мин достаньте и дайте стечь соку.
- ✓ **Чтобы фрукты не потемнели**, их можно поместить на 2 мин в раствор лимонной кислоты — 1 ст. л. на 2 л воды.
- ✓ **При сушке целые фрукты с восковым покрытием** (виноград, смородина, боярышник) погрузите в кипящую воду на 3 мин, затем остудите в холодной воде. При этом их кожура потрескается, станет пористой и они высохнут быстрее.
- ✓ **Абрикосы, сливы, киви** можно настоять в растворе: 1 часть меда развести в 2 частях воды. Раствор немного нагреть и остудить. Настоять в нём фрукты 10 ч. Это сохранит цвет фруктов, они станут глазированными и будут еще вкуснее.
- ✓ **Выворачивание половинок абрикос и слив**, выложенных кожурой вниз на лотке, ускоряет процесс сушки. Более крупные фрукты следует разрезать на четыре части или дольками толщиной 5 мм.
- ✓ **Размещайте фрукты на лотке в один слой**. На одном лотке помещается примерно 0,5 кг сырых продуктов.

Помидоры

3 способа сушки томатов



Если вы решили сделать сушеные заготовки из томатов, то уже на стадии подготовки сырья определитесь, как в дальнейшем будете использовать сушеные томаты.

Если заготовку будете использовать для супов, соусов, рагу и т. д., то помидоры надо нарезать на кружочки не толще 1 см и просто высушить до эластичного состояния.

Если сушеные томаты будете превращать в томатный порошок, то сушить надо до хрупкого состояния.

А если вы решили сделать вяленые томаты в масле, то перед сушкой нарежьте их четвертинками, освобождая от семян и очищая от кожицы. Томаты можно обсыпать специями перед вялением или добавить в банку перед заливкой масла.

Если томаты вдруг пересохли, перед тем как залить маслом, их нужно восстановить. Это можно сделать просто водой или соевым соусом. При закладке специй проявляйте больше фантазии, используя как свежие травы, так и высушенные. Для меня незаменим чесночный порошок.



Из любых высушенных томатов при желании можно сделать пасту или соус. Для пасты нужно восстановить томаты в любой жидкости, добавить соль, сахар и измельчить блендером.

Если нужен соус, то получившуюся пасту развести бульоном (мясным, овощным) до нужной густоты и довести с помощью специй до нужного вкуса.

Важно, что при изготовлении пасты и соусов, мы не подвергаем продукты тепловой обработке (все витамины сохраняются).

Елена Иванова





Как вы думаете — какие мои самые любимые «чипсы»? Не поверите! Помидорные!

Даже не помню с чего вдруг я их приготовила... Рецептom никто не делился, в Испании-Греции не была. Может забытых и подвяленных черри поела и они оказались на редкость вкусными.

А сочетание томатов и базилика — вообще классика.

Короче. Как только я купила свою Изидри, сразу начала с помидор. Порезала кружочками толщиной по 6-7 мм, посыпала базиликом, молотым чёрным перцем и в сушилку. Начала пробовать уже слегка подвяленными — вкуснота необыкновенная!



В таком виде можно сразу выставлять на стол и кушать. Можно заправить соевым соусом и бальзамическим уксусом. А для хранения необходимо сушить подольше. Храню я их под вакуумными крышками Вакс.

Я свои томатные чипсы обожаю! Как возьму «трёхлитровочку» — муж отнимает! Могу всю съесть. Любимые «чипсики»!

Ольга Семёнова



Осенью, когда уже всего наелись, охота чего-нибудь необычного и вкусного. Сделайте своим домочадцам малосольные томаты, они разлетаются как горячие пирожки. Рецепт дала мне знакомая, теперь я делюсь им с вами.

В кастрюлю на дно кладём много: вишнёвые листья, листья смородины, мяты, горький перчик, укроп. Помидоры протыкаем вилкой в районе плодоножки и складываем слоями, пересыпая измельченным корнем хрена и чесноком. Сверху опять кладем много зелени. Заливаем рассолом, который должен быть слегка остывший, градусом 60.

Накрыть марлей или чистой тряпочкой и оставить на сутки в комнате. При необходимости обновлять рассол. Затем закрыть крышкой и убрать на холод. Через 5 дней томаты готовы к употреблению.

Приготовление рассола: на 2,5 литра воды 5 столовых ложек соли с небольшой горкой и 3 столовые ложки сахара. Прокипятить.

Лида Красильникова

Готовлю такие томаты, когда урожая так много, что уже девать некуда.

Заполняю банки помидорами, перекладываю зонтиками укропа, листьями вишни, смородины, хрена, чеснока (порезать) и заливаю рассолом.

Рассол: на 5 л холодной воды берём 6 ст. ложек соли, 4 ст. сахара, 0,5 л уксуса, можно поменьше.

Крупные помидоры можно порезать! Стоит в холодильнике или прохладном месте!

Надежда Самофеева

Кабачки и тыква

Цукаты из кабачков



Для приготовления цукатов берем большие зрелые кабачки.

Кабачки чистим, убираем семена и нарежем кубиками, дольками, пластинками, кому как нравится. Бланшируем в кипящей воде 1-2 минуты. Складываем в таз и заливаем горячим сахарным сиропом. Даем остыть. Затем ставим на огонь, доводим до кипения и опять даем остыть. Потом варим до тех пор, пока дольки кабачка не станут прозрачными. Откидываем на дуршлаг и даем стечь сиропу. Раскладываем на поддоны и сушим в сушилке.

Готовые цукаты должны быть мягкими и не пересушенными. Пересыпаем цукаты сахарной пудрой и храним в банках под вакуумными крышками.

Салат из кабачков



Очень простой и вкусный салат из кабачков на зиму.

3 кг молодых кабачков нарезать кольцами, положить в таз. Добавить туда 1 стакан растительного масла, 1 стакан яблочного уксуса, 5 ст. л. сахара, 2 ст. л. соли, 2 ч. л. молотого черного перца, 1 пучок укропа, 1 пучок петрушки, 2 ст. л. тертого чеснока. Оставить все это на 3 часа, затем разложить в банки и стерилизовать 10 мин. Закатать.

Уважаемая «Кума-тыква»

Не люблю я тыкву. Нет, не так. Раньше я тыкву не любила, поэтому и не сажала. Как вырастить, как сохранить, как использовать? Одни проблемы.

Как часто бывает в жизни, полюбить тыкву мне помог счастливый случай. Уезжали мы с дачи поздней осенью и с нами поехала наша соседка-старушка. В благодарность за помощь она одарила нас тыквой килограммов на семь. Отказываться было неудобно, несмотря на мою нелюбовь к тыкве, пришлось взять.

Дома долго искала место для рыжей красавицы, в результате загнала её под кухонный стол. Пролежала она у меня достаточно долго и начала портиться. Тыкву нужно было срочно спасать. После очистки у меня осталось чуть больше 5 кг тыквы. Что с таким огромным количеством делать?

Решила, что буду тыкву сушить.

Готовила тыкву к сушке по-разному. Нарезала мелкими кубиками, тонкими пластинами, натёрла на тёрке. И сразу представляла, что и как буду использовать.

Кубики в рагу и супы, пластинки в запеканки, соломку после восстановления для выпечки. Заполнила все 5 поддонов сушилки и всё равно осталось ещё много тыквы.

Переработала остатки в пюре.

Порезала на небольшие кусочки, сложила в соковарку и варила на пару до размягчения. После остывания превратила в пюре. Получился ярко-оранжевый цвет, но на вкус не очень. Решила попробовать подтянуть вкус. Для этого использовала сахар, цедру и сок лимона, ваниль. Получилось достаточно вкусно.

Но хотелось, чтобы вкус был более выразительным и не так сильно чувствовался запах тыквы. Для этого в тыквенную массу добавила земляничное пюре (замороженное). Получилось намного лучше. Всю эту благодать я выложила на листы для пастилы и высушила в сушилке. Пастила получилась отменная.

С того времени, пастилу из тыквы делаю ежегодно.

С чем только тыква в моей пастиле не дружила. Малина, земляника, слива, яблоки, смородина — это из своего сада, а ещё с заморскими фруктами — бананы, киви, персики. Со всеми тыква хороша. Теперь тыква занимает достойное место на моём огороде. Я её не только люблю, но и уважаю.



Так как тыква — овощ осенний, чтобы готовить из неё различные вкусности, нужно заранее заготовить вкусные добавки. У меня уже заморожено пюре из жимолости, земляники лесной и садовой, малины, чёрной смородины.

Овощные «курабье»



Лето в разгаре. С каждым днём всё больший поток урожая различных овощей и фруктов поступает на наши столы. Запасы прошлого сезона уже не очень востребованы, а закрома освобождают для новых урожаев нужно. В этом очень помогает сушилка Изидри. Если у вас осталась тыква, то можно сделать (высушить) вот такие «овощные курабье».



Очищенную тыкву натереть на крупной тёрке. Пересыпать небольшим количеством сахара и в кастрюле с толстым дном нагреть на очень медленном огне (или на паровой бане) до уменьшения массы в объёме в два раза. Для улучшения вкуса можно добавить цедру или сок лимона, корицу и т. д.

После того как масса остынет, руками формируем шарики и выкладываем на сетчатый лист в сушилку. В середину шарика можно положить орешек.

После выкладки посередине каждого шарика делаем углубление и кладем небольшое количество любого фруктового пюре.

Высушить можно до эластичного состояния или до хрустящего. Курабье готово!

Вместо тыквы можно с таким же успехом взять морковь.

Елена Иванова

Огурцы

Малосольные огурчики за 5 минут

Многие согласятся, что самый желанный овощ — это первый свой огурчик. Пупырчатый, хрустящий, сладкий и вкусный! А насытившись свежими, мы начинаем готовить малосольные. Я готовлю огурчики за 5 мин.

Беру свежий огурец, нарезаю его пластинами толщиной 0,5 см и выкладываю в один слой. Присыпаю солью, чесночным и укропным порошками. Можно добавить любые сушеные пряности. Через 5 минут готовы малосольные, ароматные огурчики.

Елена Иванова



Огурцы бочковые

На банку 3 л беру маленькие огурцы 2 кг, листья вишни, смородины, 3 листа дуба, зонтики укропа с зелёными семенами, большой лист хрена, чеснок 3 зубчика мелконарезанный, 5 горошин чёрного перца, 3 ст. л. соли без горки (не йодированной), 1 ст. л. сахара. Водой заливаю холодной, лучше родниковой или из скважины. Сверху лист хрена. Закрываю пластмассовыми крышками. Поначалу в банках рассол будет мутным, затем осадок осядет и рассол осветлится. Через 2 месяца солёные огурцы готовы. Храню в холодильнике или погребе.

Римма Макарова

Сушёные огурцы

А ещё огурцы можно сушить. Нарезаем на кружочки, выкладываем на поддон и в сушилку.

Если планируем после восстановления использовать в салатах, то перед сушкой кожуру снимаем. А если сушим с кожурой, то потом перемалываем в кофемолке в порошок. И его добавляем в салаты, сметану.

Салатик на зиму

Этот салат хорош тем, что его не нужно ни варить, ни стерилизовать. Сделал и в банку.

3 кг огурцов, 500 г лука (репка), 200 г чеснока, 1,5 ст. подсолнечного масла, 3 ст. л. 70% уксусной эссенции, 2 ч. л. черного молотого перца, 100 г соли, 200 г сахара. Все овощи режем и складываем в большую кастрюлю, добавляем всё остальное и перемешиваем.

Салат лучше делать вечером, а утром разложить его по банкам. Закрывать пластиковыми крышками и хранить строго в холодильнике. В холоде салат стоит до лета.

Лида Красильникова

Перцы и баклажаны

Сушёный перец



Словосочетание «сушёный перец» у меня ассоциируется с южными базарами, точнее с лавками пряностей. Богатые гирлянды сушёных острых и сладких перцев. Горы острой и сладкой паприки (порошок). Умопомрачительный аромат и вкус. Подобные натуральные усилители вкуса можно сделать самим.

Высушите выращенный вами перец, измельчите в кофемолке в порошок. Если не поленишься и сделать перечный порошок (паприку) из разноцветных перцев, то будет целая радуга приправ. Посыпьте паприкой любые готовые блюда, делая их более красивыми и вкусными.

Лида Красильникова

Рагу из сушёных овощей



Если вы планируете зимой готовить овощное рагу, то баклажаны нарежьте кубиками или соломкой и сушите в сушилке.

Для приготовления овощного рагу берем сушеные баклажаны, перцы, томаты, лук. Восстанавливаем все по отдельности, выкладываем на сковороду и обжариваем с добавлением растительного масла и специй.

Лида Красильникова



Рулеты из сушёных баклажанов



Если думаете делать рулеты из баклажан, тогда нарежьте их вдоль. Для сушки берем сорта без горечи. Нарезанные баклажаны раскладываем на поддоны и сушим до вяленого состояния.

Для приготовления рулетов берем сушеные баклажаны, заливаем небольшим количеством теплой (не горячей) воды и оставляем до полного восстановления мягкости.

Восстановленные баклажаны слегка отжимаем. Затем обжариваем на растительном масле с обеих сторон до золотистого цвета, выкладываем на салфетку, чтобы стекло лишнее масло. Можно сделать баклажаны менее жирными, если положить на смазанный лист и запечь в духовке до готовности.

Для начинки берем сыр любой, какой любите, натираем его на мелкой терке. Добавляем к нему измельченное вареное яйцо и чеснок, пропущенный через чесночницу. Тщательно перемешиваем с добавлением майонеза или сметаны. Начинку выкладываем на баклажан и заворачиваем рулетиком, складываем на тарелочку.

Лида Красильникова

Кушать погано!

Сделано с Изидри





ПАСТИЛА ИЗ СМОРОДИНЫ С КАБАЧКАМИ



РАГУ ИЗ СУШЕНЫХ ОВОЩЕЙ



ЗАПЕКАНКА ИЗ СУШЕНЫХ ПОДБЕРЕЗОВИКОВ, МОРКОВИ И ЛУКА



БЕЗДРОЖЖЕВОЙ ХЛЕБ С СУШЕНЫМИ ПОМИДОРАМИ



ПАСТИЛУШКИ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ, ОЛЕПИХИ, СЛИВЫ, ТЫКВЫ И ЯБЛОК



РУЛЕТ ИЗ СУШЕНЫХ ОВОЩЕЙ В ЛАВАШЕ



МУКА ИЗ СУШЕНОГО ТОПИНАМБУРА, КАКАО, СУХОФРУКТЫ

Готовим просто и со вкусом!

Многие, купив сушилку, сушат на ней только яблоки, грушу, вишню и землянику. И это конечно здорово! Но сушилка Изидри умеет намного больше.

Ведь из сушеных ягод и фруктов, овощей, грибов и зелени зимой можно готовить вкусную и полезную еду. Готовьте вместе с нами!

Ваше Плодородие

Капуста и трава зелёная

Зимой готовим блюда из сушеной капусты



Погреб наш влажный и хранить белокочанную капусту в нем любым методом очень трудно. После нового года она начинает портиться. Постоянно солить — не успеваешь съесть. Мороженная капуста нам не понравилась.

Попробовала сушить и использовать такую капусту в разных блюдах. Варила борщ, щи. Семье моей нравится! Тушила капусту, даже совместно с кислой. Тоже получилось хорошо.

Как готовить?

Заливаем сушеную капусту кипятком, причем, сразу добавлять можно другие сушеные овощи: морковь, лук, кабачки, тыква, если есть грибы, то и их тоже.

Воды наливаем столько, чтобы овощи были покрыты водой. Овощи быстро восстанавливаются, примерно за 0,5-1 часа. Сливаем воду.

Затем разогреваем сковородку с подсолнечным маслом и выкладываем овощи, тушим минут 20-30 и добавляем зелень, восстановленные (из сушеных) помидоры, различные специи, соль по вкусу. Получается такое овощное рагу — не хуже, чем из свежих овощей.

Если сушеную капусту делать совместно с кислой, то кислую тушить лучше отдельно и только потом соединять с остальными овощами.

Из такой капусты получаются вкусные пироги. Тесто всегда делаю на рассоле, который в основном выливают, когда съедаются огурцы и помидоры, сделанные или холодным посолом, или консервированные, или маринованные. Этот рассол я собираю и делаю различные пироги, можно даже жарить беляши. Можно печь плюшки или другую сдобную выпечку. У детей пользуются спросом печенки с цукатами.

Тесто для пирога

На один пирог берётся стакан подсолнечного масла, два стакана рассола, насыпается мука, на муку чайная ложка (без верха) соды, размешиваем. Тесто не должно быть густым, оно само показывает, что хватает муки, когда перестает приставать к рукам. Если заранее готова начинка, то на приготовление пирога уходит 10 минут. Выпекается 20 минут.

Наталья Ширяева



Цветная капуста



А вы пробовали сушить цветную капусту? Если нет, то попробуйте.

Разберите на соцветия, пробланшируйте в горячей воде примерно 3 мин. Откиньте на дуршлаг и сразу обдайте холодной водой. Дайте стечь жидкости и разложите на поддон сушилки в один слой.

Высушенная капуста обладает таким изумительным ароматом, что возникает желание просто так её погрызть. После восстановления из цветной капусты можно готовить и рагу, и запеканку.



Квашеная капуста



Капусту шинкую, свеклу отвариваю в кожуре, чищу и нарезаю кружочками, чеснок — зубчиками. Все перемешиваю и плотно укладываю в эмалированную кастрюлю. Заливаю рассолом и оставляю на 3 дня под гнётом. Периодически протыкаю ножом. Для приготовления рассола на 1 л воды беру 300 г соли, 450 г сахара и довожу до кипения. Добавляю 1 ст. л. уксуса и остужаю.

Капуста получается хрустящая и вкусная. Свеклу не выбрасываю: можно просто кушать, а можно использовать для приготовления борща, салатов. Рассол хорошо добавлять в борщ в конце варки.

Лида Красильникова

Зелёный суп зимой



Чтобы и зимой наслаждаться «зелеными» супами, которые мы готовим с крапивой и щавелем, я сушу эти травы. В мае, пока еще крапива и щавель не зацвели, срезаю их и высушиваю на сушилке.

Зимой варю простой суп — картофель, морковь, лук. Когда овощи готовы, добавляю сушёные щавель, крапиву и зелень — укроп, петрушку, сельдерей. Довожу до кипения и выключаю. Подаю со сметаной и тостами. Обедение!

Рулетики

зелёные зимой



Для приготовления беру сушёную зелень. Укроп, петрушку, пастернак, сельдерей, листья ревеня, свеклы, измельчаю на кусочки и восстанавливаю (замачиваю в воде 20 мин). Затем из зелени отжимаю воду, добавляю яйцо, соль, специи и немного муки. Получившееся жидкое тесто раскладываю на бумаге для выпечки тонким слоем и в духовку на 10 мин. Достая из духовки и на остывший лист выкладываю начинку.

Начинка может быть мясная, рыбная, отваренные сушёные грибы или овощи. В измельчённую начинку добавляю специи, соль и тёртый сыр. Раскладываю начинку на лист из зелени (можно смазать сметаной), сворачиваю в рулет и ставлю на ночь в холодильник.



Морковь и свекла

Есть хороший способ сохранить морковь и свеклу до следующего урожая — это высушить их в сушилке.

Перед сушкой их можно натереть на тёрке, а можно нарезать кружочками или дольками. Всё зависит от того, в каких блюдах вы их будете зимой использовать.



А из мелкой свеклы и моркови можно приготовить очень вкусные цукаты.

Моем и варим до готовности. Затем нарезаем кружочками, заливаем сахарным сиропом (добавляем лимон) и доводим до кипения. Охлаждаем, потом варим, сливаем сироп, раскладываем на поддоны сушилки. А зимой наслаждаемся.



Пряный морковный пирог

Основной ингредиент этого пирога — сырая тёртая морковь. Хотя пирог очень вкусный, раньше я пекла его редко, так как ленилась возиться с морковью (мыть, чистить, натирать). Но в один прекрасный момент, мне пришла гениальная мысль — использовать для пирога сушеную морковь. И всё великолепно получилось. Пирог с сушеной морковью моей семье понравился даже больше. Попробуйте испечь и вы.

Сначала займёмся морковкой. В пирог нам нужно 1 стакан (250 мл) сушёной моркови. 2/3 стакана сушёной моркови залить кипятком. Пусть восстанавливается.

Готовим тесто: 60 мл растительного масла, 140 г муки, 1 ч.л. соды (без горки), 1 ч.л. молотой корицы (с горкой), 1/4 ч.л. соли, 2 яйца, 150 г сахара, 80-100 мл йогурта. Смешать: мука + сода + корица + соль.

Смешать: растительное масло + яйца + сахар + йогурт. Жидкую смесь смешать с мучной смесью. Восстановленную морковь откинуть на дуршлаг и отжать. Выложить морковь в тесто, перемешать. Форму для выпечки смазать маслом и выложить тесто. Выпекать 40-45 минут в разогретой духовке при температуре 180 °С. Готовый пирог можно украсить и гордо назвать его тортом.

Елена Иванова





Пастила.

Советы от Изидри

ezidri



Пастилу можно сделать из подслащенного (сахаром или медом) или не подслащенного, вареного или не вареного, фруктового или овощного пюре.

- ✓ Пастила, подготовленная на миксере (блендере), более ровная. Раздавленные фрукты более толстые и будут сушиться дольше. Из крупно натертых фруктов получается более толстая пастила, чем из пюре.
- ✓ Фрукты, которые окисляются быстро (абрикосы, яблоки, персики, ягоды), лучше сначала немного нагреть, охладить и после этого готовить пюре.
- ✓ Чтобы пастила не прилипала к поддону, слегка смажьте поддон растит. маслом.
- ✓ В идеале, слой пюре в середине поддона должен быть чуть тоньше, чем по краям.
- ✓ На один поддон Ultra разложите не более 2 стаканов пюре, а на Snackmaker – 1,5 стакана.
- ✓ Снимайте пастилу пока она еще теплая, затем сверните ее в трубочку, охладите, оберните пищевой пленкой и поместите в герметичный контейнер. В холодильнике пастила будет храниться гораздо дольше.
- ✓ Пастила — прекрасная закуска. Ее можно восстановить, разбавив водой или соком в пропорции 1:1 и использовать как соус или пюре.
- ✓ Из пастилы легко приготовить прекрасный десерт для детей — как прослойка в бисквитах или начинка для пирогов. Для приготовления джема без сахара три части пастилы залить одной частью кипятка.

Основа	С чем сочетается	Можно добавить
Яблоки	Бананы, любые ягоды, виноград	Корица, мед, цитрус. сок, орехи
Груши	Яблоки, бананы, виноград	Корица, цитрусовый сок
Вишни	Яблоки, ревень	Орехи, мед
Сливы	Яблоки, персики, клубника, бананы	Мед, бренди
Абрикосы	Яблоки, бананы	Мед
Персики	Яблоки, сливы, клубника	Мускатный орех, мед, корица
Малина	Клубника, яблоки, бананы	Мед
Клубника	Ревень, яблоки, бананы	Мед
Бананы	Ананасы, папайя, цитрусовый сок	Орехи, кокос
Дыня	Бананы, ананас, папайя	Цитрусовый сок
Йогурт	Все фрукты, кроме киви	Орехи и семена
Тыква	Цитрусовые	Коричневый сахар, мед

Лук, чеснок и компания

Сейчас в магазинах много продаётся различных специй, но лично я уже давно их не покупаю, а делаю сама.

Сушу в сушилке все пряные травы, какие растут у меня в огороде: лук зелёный и репчатый, укроп, петрушку, базилик, тимьян, иссоп, любисток, сельдерей, кинзу. И конечно же чеснок.

А также корешки: морковь, сельдерей, пастернак. Перед сушкой корни надо слегка отварить, почистить, нашинковать на крупной терке. Если не отваривать, они довольно быстро теряют (особенно морковь) запах и цвет.

В наборы специй идёт сушеный томат, перец болгарский сладкий, перец острый. Их надо нарезать и высушить.

Когда зимой мы с дочерью готовим, любимые нами специи всегда под рукой. Специальных наборов я не делаю, кладём по-желанию те или иные травы. А вот для наших мужчин (они тоже иногда готовят), у нас стоит волшебная баночка, в которой находится приправа универсальная. Очень удобно: достали, положили в блюдо.

Универсальная приправа

Её я составляю из зелёного лука, укропа, петрушки, ботвы моркови, измельченного чеснока, острого перца, грибного порошка, томатов. Пропорция свободная, как рука возьмет.

Кинзу как пряность в моей семье не очень жалуют, но когда я делаю пасту, никто не в силах от неё отказаться.

Паста из кинзы

Делается она очень просто. Большой пучок зелени (у меня в руке еле помещается), около стакана грецкого ореха, с полстакана измельченного чеснока, около стакана кетчупа густого (естественно своего), небольшой стручок острого перца. Все пропускаем через мясорубку дважды. намазываете на хлеб и едите с чем угодно.

Кстати, кинзу можно заменить на петрушку, а вместо кетчупа использовать восстановленные сушеные томаты, также вкусно.

Лида Красильникова



Лук, лучок — луковый порошок

Практически каждый год получаю большой урожай зелёного лука. Весной в начале сезона ценно каждое пёрышко. В салаты, пирожки, окрошку — везде идёт на ура. Однако, со временем урожай зелёного лука начинает превышать потребности. Излишки пропадают, разбивая моё сердце. Хочется заготовить зелёный лучок на зиму. А как?

С появлением в моей жизни сушилки Изидри — эта проблема была удачно решена.

Я зелёный лук сушу.

Да, да, сушу! Получается отличная заготовка. В этом сезоне уже заготовила двух-литровую банку сухого зелёного лука.



Использую зелёный лук по-разному. Часть оставляю целыми кусочками. Этот лук идёт в рагу, щи-борщи и т. д.

А большую часть превращаю в порошок. Этим порошком посыпаю готовые блюда, добавляю в салаты, в тесто для выпечки, например для оладьев.



А ещё сушу лук репку.

Вот это чудесная универсальная заготовка. Раньше я сушила только тот лук, который начинал усыхать и портиться. А теперь сушёный лук — это одна из основных позиций среди сушёных овощей.

Часть сушёного репчатого лука оставляю целыми кусочками, часть измельчаю до мелкой фракции, а часть превращаю в луковую пудру.

Использую практически во всех блюдах, ну кроме десертов конечно.

Очень хороша жареная картошка с порошком из репчатого лука. Раньше при жарке картофеля у меня лук или сторал, или оставался сырым. Мою семью это не устраивало. Теперь же в конце жарки кладу щедрую щепотку лука-порошка, перемешиваю и обалденный аромат по всей кухне. Приятного аппетита!

А если зимой захочется (а захочется обязательно) свежего зелёного лучка, то у меня для этого есть проращиватель «Луковое счастье».

Для того чтобы укропный порошок имел выраженный и яркий вкус, сушёную зелень укропа измельчаю вместе с сушёными зёрнами укропа. Аромат изумительный!

Елена Иванова



Лекарственные травы

Травушки-муравушки

Лето! Как здорово оказаться в это время на живописном лугу, в поле, в лесу, где от благоухания всевозможных трав кружится голова, а мысли уносятся далеко-далеко...

Как же хочется сохранить этот кусочек счастья для зимы. И это возможно!

Нужно просто собрать травы и высушить их. А можно сделать сбор трав. И вот сидите вы дома в какое-нибудь промозглое от дождей или снега время, заварили свои волшебные травки-цветочки. И вдруг! По всей душе разливается аромат лета, аромат яркого насыщенного луга! Это и есть кусочек лета!

Только от вашей фантазии зависит чем будет пахнуть ваш чай, ваш кусочек лета.

Это и загадочный аромат капорского чая (трава Иван-чай). К нему подход особый — недостаточно просто просушить траву. Её нужно ферментировать.

Иван-чай

Утром я собираю траву, до вечера подвяливаю, затем прокручиваю на мясорубке, измельчённую массу укладываю в эмалированную кастрюлю и ставлю в тёплое место. Это и есть ферментация.



При благоприятных условиях уже через сутки появляется тонкий, фруктовый аромат — и теперь можно разложить будущий чай в сушилку и «довести до ума».

В сушилку траву лучше выкладывать на сеточку (не будет просыпаться), а на нижний поддон — лист для пастилы, на котором соберётся то, что всё-таки просыпалось.

Душицей и зверобоем никого не удивишь, а вот добавить таволгу вязолистную (лабазник) с медовым ароматом — это уже изюминка! А чабрец — это ещё и полезно. Аромат сушёной земляники украсит любой чай. В эти луговые ароматы можно добавить и ароматы своего сада: жасмин, мяту, лепестки роз.



Радуйтесь лету, сушите цветы и травы, сохраняйте в душе эти впечатления. И тогда зимой они оживут и наполнят вас и ваш дом ароматом полезного чая, собранного вашими руками!

Раиля Кирьянова

Молодость и красота

В том, что целебные растения могут оказать неоценимую помощь, убедилась еще в детстве, общаясь с практикующим целителем в деревне. Теперь в заготовке целебных трав помогает моя любимая помощница — сушилка Изидри. Все травы я с удовольствием сушу только на ней, так как температура 35 °С даёт возможность сохранить все лечебные свойства растений. Храню травы в стеклянных банках под вакуумными крышками.

В июне собираю соцветия медоносной липы.

Конечно же, вдали от города. Липа содержит фитогормоны близкие к женским гормонам. Она обладает замечательными омолаживающими свойствами. Женщинам после 45 лет необходимо раз в полгода в течении месяца по утрам выпивать стакан липового чая, что позволит замедлить процессы старения.

Приготовить настой липы легко — заливаю 1 столовую ложку липовых цветков стаканом кипятка и настаиваю 20 мин.

Чудодейственными силами обладает клевер красный.

Листья молодого клевера красного использую для салатов, а из соцветий завариваю чай. Отвары и настои из соцветий к помогают усваивать кальций, а также повышают уровень эстрогенов, столь важных гормонов для поддержания женской молодости и красоты. Цветы клевера всегда заготавливаю во время цветения с весны до осени.

Их используют при диабете, атеросклерозе, заболеваниях суставов и др.



Гречиху посевную на Руси не зря величали травой богатырской.

Теплолюбивую гречиху сею по всему саду, как сидерат. Вот скоро соберу чеснок, и тут же засею эту грядку гречихой. Польза огромная и мне, и земле. Это медоносное растение улучшает структуру почвы. Может расти там, где ничего не растёт, на истощенных почвах, обогащая её фосфором, органикой, калием. Гречиха не только полезна для почвы, но также прекрасна и с эстетической точки зрения. Как красива, восхитительно бело-розовая гречиха в момент цветения! Волнами колышется на ветру, источая тончайший цветочный аромат.

Верхушки гречихи собираю и сушу на Изидри. Гречиха позволяет мне держать и сахар, и давление в норме. Она содержит огромный комплекс витаминов. Из её листьев получают рутин, который применяют при хрупкости кровеносных сосудов, атеросклерозе, кашле. Фолиевая кислота стимулирует кроветворение.

Вот такие замечательные растения помогают при лечении большого спектра заболеваний. Но не стоит забывать, что лечение лекарственными травами нужно проводить определенными курсами, чтобы не навредить себе.

Сушите лекарственные травы и будьте здоровы, дорогие читатели!

Римма Макарова



Супы, соусы, рулеты



Сушёный борщ

Такую заготовку можно делать постепенно в течение всего сезона.

1. Свекла отваривается, нарезается кусочками и высушивается в сушилке. Её можно приготовить осенью из мелкой свеколки, а можно весной, когда освобождаются погреба для нового урожая. Такая свекла уже дрябнет, а для такой заготовки в самый раз.

2. Морковь готовится также как и свекла.

3. Вместо картофеля можно использовать горошек или бобы фасоли. Прежде чем их положить в сушилку, предварительно отвариваем до мягкости, но не перевариваем.

4. Квашенная капуста сушится без предварительной тепловой обработки.

5. Солёные огурчики также как и капуста, нарезаются и высушиваются.

6. Лук нарезается и высушивается в сушилке осенью после сбора урожая, а можно сушить зимой, используя тот лук, который явно до весны не сохранится.

7. Томаты нарезаются колечками и сушатся. А можно взять оставшуюся мякоть после соковыжималки (соковарки), разложить на листы для пастиль, высушить, поломать на кусочки.

8. Высушенные корни, зелень, острый перчик добавляете по вкусу и по желанию.

Затем все это перемешиваете в произвольных пропорциях и у вас получается заготовка сухого супа борща.

Приготовить его можно без особых усилий. Одну столовую ложку заготовки заливаем кружкой горячей воды, даём постоять до набухания и наслаждаемся! Если есть возможность и желание можно проварить в течение 2-3 минут.

Такая заготовка очень выручает на работе, в походе, на даче.

Лида Красильникова

Томатно-чесночный соус

Такой соус станет у вас любимым. Очень вкусно с курицей, а также с пельменями.

Чайную ложку чесночного порошка заливаем горячей водой и оставляем до набухания. Добавляем восстановленный томатный порошок (или своего кетчупа, разведённую томатную пасту), перемешиваем. Мёд, соль, сок лимона — по вкусу.

Лида Красильникова





Рулет из сушеных овощей

Зимой, когда гости уже почти на пороге, можно приготовить очень простой и вкусный рулет и сушеных овощей.

Овощи можно использовать любые, но так как у нас всегда много грибов и грибы любят все, то как правило, я готовлю грибную начинку.

Для этого я беру грибы сушеные и отвариваю их до готовности. Сушеный лук заливаю горячей водой и слегка отвариваю до мягкости.

Сушеные томаты просто заливаю горячей водой до набухания. Затем всё слегка отжимаю от воды, измельчаю в блендере и обжариваю с добавлением небольшого количества растительного масла.

Яйца, каждое по отдельности, слегка взбиваю и обжариваю как блинчик с двух сторон. Раскладываю на такие блинчики начинку и заворачиваю рулетом. Отправляю в холодильник чтобы остыли.

Если есть в наличии лаваш, то можно завернуть начинку в него, только не забудьте смазать сам лаваш сметаной, иначе будет суховато.

Остывшие рулеты нарезаем, выкладываем на тарелку и посыпаем зеленью.

Лидя Красильникова



Грибной соус «Бешамель»

Хороший соус сделает простое блюдо праздничным и оригинальным.

Предлагаю вам приготовить изысканный, вкусный, густой соус для любого блюда. Готовлю я его в любое время года, так как сушу грибы, морковь и лук.

Сушеные грибы (подберёзовики, белый гриб) 200-300 г, замочить в воде на 4-8 часов. Затем в этой воде прокипятить грибы 20 мин., а затем грибы измельчить.

В отдельном объемном сотейнике, на сливочном масле 50-60 г поджарить 3-4 ст. л. муки в течении 2 минут. Не прекращая помешивания, влить 800 мл молока (не менее 3,2% жирности) и варить 40 мин на медленном огне. Не перестаем помешивать соус венчиком, чтобы не было комков. Соус увеличится в объеме, загустеет. Затем разведите грибным бульоном до нужной консистенции. Далее добавляем в грибной соус обжаренные на сковороде сушеный лук и сушённую морковь, мелко нарезанные грибы, соль, перец по вкусу.

По желанию можно добавить мускатный орех, молотые орехи кешью или грецкие. Блюдо аристократов готово. Приятного аппетита!

Римма Макарова

Закуски, зипсы, рыба



Перец сладкий – хоть в рагу, хоть в колбасу

Если вы любитель колбаски, но при этом понимаете, что та колбаса, которую мы покупаем не очень хороша и полезна, то можете сделать вкусную колбасу из натуральных продуктов сами.

Я делаю колбасу из филе куриной грудки, хотя можно из любого мяса.

Берём филе от двух куриных грудок (шкурку убираю). Измельчаем на мясорубке или в комбайне. В получившийся фарш добавляем

различные специи на ваш вкус (соль, перец, кардамон, мускатный орех, кориандр, тмин и т. д.). Обязательно добавляю чесночный порошок. Взбиваем одно яйцо. И для того чтобы сделать колбасу более вкусной и полезной добавляю сушёный сладкий перец и сушёные томаты. Использование в составе сушёных овощей обязательно. Если овощи пересушены, то перед закладкой в фарш их нужно восстановить.

Получившуюся массу выкладываем на пищевую плёнку колбаской, так чтобы с двух сторон плёнка оставалась свободной. Заворачиваем несколько раз плёнку, отрезаем от рулона и взявшись за свободные концы закручиваем плёнку в разные стороны (по принципу фантика на конфете). Закрученные концы плотно завязываем х/б ниткой.

Получившееся изделие варим на пару 25-30 мин. Для куриного мяса этого достаточно. Плёнку с колбасы снимаем после остывания. Немного фантазии и вы сделаете ещё вкуснее.

Елена Иванова

Праздничная грибная закуска в тарталетках

Если вам повезло и у вас в запасе есть сушёные грибы, то вы сможете порадовать своих близких оригинальными и вкусными закусками. Я к празднику готовлю грибную закуску в тарталетках. Тарталетки можно испечь самим или купить готовые в магазине.

Для начинки замачиваем на 4-8 часов сушеные грибы. Обжариваем на сливочном масле сушеный лук, сушеную морковь, добавляем отваренные в течении 20 минут грибы.



Отваренное яйцо измельчаем и добавляем в начинку. Раскладываем в тарталетки, посыпаем тертым сыром (или желтком), украшаем зеленью (петрушка, укроп).

Римма Макарова



Чипсоны клёвые

Картофель очистить. На пять поддонов сушилки Изидри нужно 4-5 средних клубня. Нарезать тонкими пластинками, практически просвечивающимися. Я это делаю с помощью комбайна. Нарезанный картофель промыть (для удаления лишнего крахмала), переложить на дуршлаг и на 5-10 секунд опустить в кипящую воду, так повторить 2-3 раза. После этого

обдать холодной водой и дать воде стечь, а лучше удалить лишнюю воду бумажным полотенцем.

Картофель заправить специями по собственному вкусу.

Мне нравится заправлять чесночным порошком + порошок из сушёной зелени укропа + соль. Солить надо аккуратно, так как в процессе сушки солёность усиливается. И никакого масла!

Выложить пластинки картофеля в один слой на поддон с сеточкой, сушить в режиме High 3-4 часа. Чипсы готовы.

Если планируете сразу съесть, то приятного аппетита. А если будете хранить, то только под вакуумными крышками, так как чипсы впитывают влагу.

Мой сын, большой знаток и любитель чипсов, дал высокую оценку моим чипсам, назвав их «чипсоны клёвые».

Елена Иванова



Рыбка золотая

Участок наш находится на реке, поэтому рыба на нашем столе дело привычное.

Но зимой тоже рыбки хочется.

Я стала думать, как бы её приготовить и сохранить, чтобы и вкусненько и необычно. Сказано-сделано.

Рыбка получилась на славу, и вкусно и необычно вкусно. Правда с сохранностью туговато. Сколько бы ни сделала, всё съедается моментально. А делается наша «золотая рыбка» очень просто.

Некрупную рыбку, размером с ладошку, чистим, потрошим. Голову и хвостик отрезаем, а саму рыбку разрезаем на 3-4 кусочка. Солим и посыпаем специями как обычное блюдо по вкусу, перемешиваем и ставим в холодильник под жёт на пару часиков, чтобы соль разошлась.

Затем достаём, раскладываем на сетчатый лист сушилки и сушим до готовности.

Готовность определяете сами, кому-то нравится вяленая, а кому-то сушеная. Попробуйте, не пожалеете.

Лида Красильникова

Полезные сладости

Конфеты из сухофруктов

Количество и пропорции берем произвольные. Например: сушеные яблоки, груши, изюм, чернослив, абрикосы.

Заливаем горячей водой и даём постоять 10 минут. Затем пропускаем все это через мясорубку. Добавляем измельченные орехи или семечки. Ещё я всегда добавляю в эту смесь немного отрубей, замоченных в каком-нибудь соке. Тщательно все перемешиваю, раскладываем в силиконовые формочки для льда

и ставлю сушиться в сушилку на максимальной температуре примерно на 5-6 часов. Вытряхиваю конфетки, а в формочки кладу немного шоколада и расплавляю его в течение одной минуты в сушилке. Затем вдавливаю в эти формы готовые конфеты и отправляю их в холодильник для застывания.

Вкус и вид конфет зависит от набора продуктов и пропорций. О пользе таких конфет даже и говорить не стоит. Это ведь кладовая витаминов.

Лида Красильникова

Тарталетки со сладкой начинкой

Сушеную вишню без косточек заливаю сладким горячим сиропом и даю настояться. Затем сироп сливаю, вишню раскладываю по тарталеткам, украшаю взбитыми сливками.

Оставшийся сироп развожу водой и получается компот. Вместо вишни можно использовать любые другие сухофрукты и ягоды.

Лида Красильникова



Шарлотка для любимых

Сушёные яблоки и груши восстанавливаю в тёплой воде. Форму смазываю маслом, посыпаю манной крупой и укладываю слоями яблоки, груши, вишню, заливаю тестом.

Тесто: 200 г сметаны, 2 яйца, 1/2 стакана сахара, какао-порошок, 4 ст.л. отрубей, 1/2 ч.л. соды, гашеной уксусом и мука. Тесто должно быть консистенции густой сметаны. Выпекаю в духовке 40 мин.

Римма Макарова



Пастилушки

Наверняка нет ни одного человека, который откажется от фруктовой пастилы! Счастливые обладатели сушилки Изидри научились делать не только традиционную пастилу из яблок, но и из любых фруктов и даже овощей (тыква, кабачки, морковь, свекла), смешивая их в любых пропорциях и усиливая вкус различными добавками (ваниль, цедра цитрусовых, орехи, корица, гвоздика и т.д.).

Уже четыре года я делаю различную пастилу. Она получается вкусной и полезной. Одно меня не очень устраивало — мне хотелось, чтобы пастила была более толстой и пористой.

Чтобы этого добиться я стала делать более густое пюре и хорошо взбивать его миксером. Но при выкладке получался неравномерный слой. И тогда я решила использовать кондитерский мешок для отсаживания пюре на лист. И всё получилось так как я хотела. Используя разные насадки можно добиться различных форм. И теперь мои пастилушки и вкусные, и полезные и интересные!



Сухарики

Известно, что покупные сухарики вкусны, но вредны. Их вкус и вред определяется способом приготовления и использованием различных искусственных вкусовых добавок и ароматизаторов идентичных натуральным. Сколько бы мы не говорили нашим детям и внукам, что поедание сухариков из ярких упаковок ничего кроме вреда здоровью не дает, они употребляют их в безумных количествах.

Решила применить свои кулинарные способности и сделать домашние сухарики из натуральных продуктов. И ведь получилось! И даже лучше покупных. Так что если будете делать, то лучше сразу много, потому что они быстро съедаются.

А теперь рецептик.

Беру ржаной хлеб типа «бородинского», «крестьяниновского» с плотной структурой. А если вы печете свой бездрожжевой хлеб, то ещё лучше.

Нарезаю хлеб мелкими кубиками со стороны 0,5-1 см. Рассыпаю на листы для пастилы от сушилки Изидри и сушу на третьем режиме. Через 2-3 часа всё готово. Ссыпаю готовые сухарики в миску, руки смазываю подсолнечным маслом и аккуратно, как бы массируя, тщательно перемешиваю сухарики, добываясь равномерного распределения масла. Масла нужно чуть-чуть.



Сухарики немного присаливаю по вкусу, а дальше, что подскажет ваша фантазия. Я обсыпаю чесночным, укропным, томатным, луковым порошком. Получается очень вкусно!

Елена Иванова

Выберите свою Изидри



В комплекте:
основание,
5 поддонов,
1 сетчатый лист,
1 лист для пастыли,
книга инструкций
и рецептов.

Ezidri SNACKMAKER FD500

Макс. мощность: **500 Вт**
Потребляемая мощность: **180-250 Вт**
Макс. количество поддонов: **15 штук**
Диаметр поддона: **34 см**
Температура: **три режима 35, 55 и 60 °С**



Ezidri ULTRA FD1000

Макс. мощность: **1000 Вт**
Потребляемая мощность: **400-500 Вт**
Макс. количество поддонов: **30 штук**
Диаметр поддона: **39 см**
Температура: **вручную от 35 до 65 °С**

Сушит
равномерно,
запахи не
смешиваются
**Вихревой
поток**

Возможность
увеличения
поддонов

**2 года
гарантии**

Качественный
пищевой
пластик

Надёжно

Защита от
короткого
замыкания и
перегрева

Сушилка, умеющая готовить



Николай Курдюмов
учёный-агроном, писатель,
автор книг по садоводству

Сушилка, создающая свою эксклюзивную кулинарию живых блюд. Главное, Изидри умеет готовить живые и вкусные мюсли, пастилу, натуральные чипсы, хлебцы, конфеты и прочие десерты. За ночь она готовит вяленую рыбу и мясо, бастурму и суджук, вкуснее которых вы не пробовали. За 8-10 часов сушит травы и цветы из вашего авторского чайного сбора – яркого и предельно пахучего. И разнообразие этих яств ограничивается только вашей фантазией.

Купив дополнительные поддоны, на модели Snackmaker FD500 можно сушить сразу ведро нарезки, а на Ultra FD1000 – целых два ведра! И что самое главное: никакого бдения, никакой перестановки лотков – всё сушится одновременно. Включил, заполнил лотки – на завтра снимай готовую сушку!

Официальные представители Изидри

Сушилки и аксессуары всегда в наличии в Центрах Природного Земледелия

Абакан	8-923-214-75-74
Архангельск	(88182) 47-91-47
Астрахань	(88512) 45-53-14
Белебей	8-905-001-74-54
Вологда	8-921-716-29-63
Железногорск	8-915-519-34-53
Златоуст	8-912-797-41-63
Иваново	(84932) 46-31-31
Казань	(8843) 266-65-76
Кострома	8-910-954-67-57
Красноярск	8-906-914-44-19
Нижний Новгород	(8831) 41-51-169
Новокуйбышевск	8-937-171-00-05
Омск	(83812) 34-93-41
Орёл	8-910-748-79-10
Оренбург	8-905-819-34-49
Ростов-на-Дону	8-903-406-02-17

Рязань	(84912) 99-54-51
Санкт-Петербург 1	8-901-370-00-27
Санкт-Петербург 2	8-911-249-90-98
Санкт-Петербург 3	8-981-120-05-72
Саратов	8-937-225-21-21
Саяногорск	8-950-966-58-38
Северодвинск	(88184) 69-68-06
Ставрополь	8-928-636-88-48
Сургут	8-904-880-28-93
Томск	8-909-538-84-15
Тула	8-915-681-29-03
Тюмень	(83452) 36-45-00
Уфа	(8347) 275-04-77
Челябинск	(8351) 270-86-80
Череповец	8-921-135-21-62
Ярославль	(84852) 91-22-32

www.ezidri.ru — дистрибьютор торговой марки Ezidri в России

ezidri

«Ваше Плодородие», спецвыпуск. www.plodorodie.ru Учредитель: Александр Петров. Редактор: Наталия Петрова. Дизайн, верстка и фото: Андрей Петров. Издание зарегистрировано в Управлении Роскомнадзора по Респ. Башкортостан. Свид-во ПИ № ТУ02-00472 от 31.03.11 г. Отпечатано в ООО «Печатный двор». Заказ 160749. Тираж 332 000 экз.

