

gustos.ro



Cămară *cu delicii*



CUPRINS

Articole

Secrete pentru cele mai gustoase muraturi.....	3
O nebunie de dulceata!.....	5
Sirop, peltea, gem sau serbet?.....	6

Delicii sarate

Castraveti murati in saramura.....	7
Castraveti la otet dulci acrisori.....	8
Salata de varza rosie in otet	9
Zacusca de vinete	10

Delicii dulci

Dulceata de mure.....	11
Gem de prune.....	12
Gem de zmeura.....	13
Dulceata de piersici	14
Dulceata de visine.....	15
Dulceata din fructe de padure.....	16





Secrete pentru cele mai gustoase muraturi

Castravetii, varza, conopida, gogonelele si morcovii pusi in saramura sau otet toamna isi pastreaza neatinse calitatile curative si, pe langa faptul ca merg grozav cu tot felul de mancaruri pe timpul iernii, sunt si o sursa excelenta de vitamine.

Cateva sfaturi despre pastrarea muraturilor:

Foarte important este locul in care veti tine borcanele in care muraturile fermenteaza. Daca e prea cald si aerul uscat, e posibil ca alte bacterii sa intervina in procesul de fermentatie, iar gogonelele sau gogosarii pot prinde mucegai sau mirosuri neplacute. Daca e prea frig, procesul de fermentatie va fi incetinit.

Nu uitati, de asemenea, sa acoperiti foarte bine borcanele cu muraturi, pentru a nu patrunde niciun pic de aer inaintre. Avand in vedere ca oxigenul favorizeaza raspandirea microbilor, daca o particica de castravete, de exemplu, ia contact cu aerul, se va altera imediat.

Mare atentie la condimente! Usturoiul, de exemplu, nu doar aduce o aroma deosebita muraturilor, ci, pus din belsug printre castravetii murati, tine sub control bacteriile ce impiedica dezvoltarea acidului lactic. Nu uitati nici de marar sau de boabele de mustar.



În ceea ce privește muraturile conservate în oțet, e bine să folosim un oțet de calitate, făcut din vin sau din miere, care are capacitatea de a vindeca anumite disfuncții digestive, scade tensiunea și tratează infecțiile urinare. De asemenea, oțetul folosit împreună cu sarea amplifică efectul său antibacterian.

Conserve murate în sare sau în oțet?

În funcție de tipul de murături pe care-l doriți (murate în saramură sau în oțet), va trebui să fiți atenți la alte următoarele sfaturi.

Pentru conservele murate în saramură, trebuie să folosiți castraveți mici, cu coaja subțire și multe broboane, iar legumele pe care le puneți la murat trebuie să fie proaspete, sănătoase, necrapate sau lovite.

De asemenea, e indicat să așezați legumele în borcane în funcție de soiul și mărimea lor, pentru a vă asigura că fermentația s-a realizat uniform. Iar, dacă vă grabiți și doriți ca muraturile să fie gata mai repede, imediat după opărire și răcire, străpungeți legumele cu o furculiță în două-trei locuri (pentru castraveții mari, îi străpungeți la codita sau le tăiați varfurile și îi creștați în două, pe lungime).

Conservele în oțet se pastrează un timp mai îndelungat și sunt prielnice sănătății. De obicei, în oțet se conservă castraveți, gogosari, patlagele verzi sau ciuperci, dar puteți experimenta și cu alte tipuri de legume.



O nebunie de dulceata!

Toamna e momentul potrivit ca tu sa-ti umpli camara cu tot felul de bunatati. Si ce poate fi mai bun, pentru un desert sanatos sau un mic-dejun bogat, decat o dulceata delicioasa facuta in casa?

Pentru ca, anul acesta, sa prepari cele mai bune dulceturi, Gustos.ro iti da cateva sfaturi:

- Cantitatea de zahar pe care trebuie s-o folosesti depinde de cat de zemoase si cat de dulci sunt fructele. Spre exemplu, fructele acre, precum visinele sau coacazele, au nevoie de mai mult zahar decat cele dulci, cum ar fi caisele sau capsunile. Trebuie sa fii foarte atent la cantitatea de zahar pe care o folosesti. Daca pui prea mult zahar, dulceata se va zaharisi, iar, daca folosesti prea putin, dulceata va trebui sa fiarba mai mult, iar fructele isi vor pierde din calitati.
- Este destul de complicat sa se stabileasca un timp exact de fierbere pentru fiecare tip de dulceata, intrucat acest lucru depinde atat de calitatea fructelor, cat si de cantitatea de apa pe care o contin.
- Inainte sa puneti dulceata in borcane, e bine sa le tii putin la cuptor, iar, cand torni dulceata, ca sa nu se sparga borcanele, pun sub ele o carpa umeda sau coada unui tacam din metal.
- Daca dulceata a fiert prea mult, poti adauga suc de lamaie si o poti pune iar la fiert.
- Ca sa nu se formeze mucegai in borcane, pune putin rachie de secara peste dulceata din borcan. Daca, totusi, dulceata face mucegai, e un semn ca nu a fiert suficient.
- Daca, in timpul fierberii, dulceata nu se leaga, inseamna ca nu are suficienta pectina. Adauga pectina si lasa sa fiarba in continuare.
- Pentru a testa daca siropul s-a legat, pune cateva picaturi pe o farfurioara: daca se coaguleaza repede, dulceata e gata.



Sirop, peltea, gem sau serbet?

Siropul se prepara din apa, zahar si fructe. Cele mai bune siropuri se prepara din sucul fermentat al fructelor.

Gemul se prepara doar din fructe bine coapte, cu zahar, fierte in suc propriu. Se foloseste mai putin zahar decat pentru dulceata.

Pelteaua se prepara din suc de fructe strecurat, obtinut prin scurgerea piureului de fructe, si fiert cu zahar. Trebuie folosita o cantitate de zahar egala cu cantitatea de fructe.

Serbetul este, de fapt, un sirop concentrat care se freaca pana cand devine transparent si opac. Daca prepari serbet din fructe dulci, acesta trebuie frecat la rece, in vreme ce serbetul din fructe acre se freaca la cald. De asemenea, pentru un gust mai exotic, poti prepara serbet si din ciocolata sau zahar ars.

Fie ca doresti sa prepari dulceturi clasice (din prune, visine, gutui, trandafiri) sau unele cu un gust mai exotic (combinatii de mure si afine, capsuni si zmeura, capsuni si caise cu migdale sau chiar dulceata de vinete!), urmarind aceste sfaturi, cu siguranta nu vei da gres.



Castraveti murati in saramura

Ingrediente:

castraveti mai mici
saramura (la 1l punem 1 lingura cu varf sare
grunjoasa)
tulpini cu flori de marar uscat
2 frunze visin
4-5 catei usturoi la un borcan de 2 kg
1/4 lingurita boabe piper

Autor: Cristina Toth @[divainbucatarie.ro](https://www.divainbucatarie.ro)

Mod de preparare:

Alegem castraveti tineri si sanatosi. li spalam, ii aranjam in borcane cat mai compact, apoi punem peste ei usturoiul, piperul, frunzele de visin si mararul. Cat timp pregatim borcanele punem la fiert saramura. O turnam fierbinte peste castraveti.

Nu umplem borcanele complet, turnam doar cat sa acoperim castravetii. In acest mod, cand vor fermenta nu vor da pe afara. Putem lasa borcanul la soare pentru 2-3 zile. In acest timp vom vantura apa de mai multe ori. Dupa ce au fermentat punem borcanele cu castraveti murati la rece.

Daca nu ii consumam destul de repede si vedem ca apare floare in borcane, curatam floarea si vanturam saramura pentru a nu apare miros si gust neplacut. Se recomanda sa ii servim vara, dar daca avem conditii adecvate de temperatura ii putem pastra si pe perioada iernii.



Castraveti la otet dulci acrisori

Ingrediente:

4 kg castraveti
1/2 kg zahar
1 l otet
1 l apa
2 linguri sare grunjoasa
2 morcovi
2 cepe

Autor: Violeta Postolache
@caietulcuretete.com

Mod de preparare:

Se amesteca intr-o cratita otetul, apa , sarea si zaharul. Se fierb pe foc pana dau in clocot.

Se oparesc castravetii cam 1-2 minute in amestecul fierbinte.

Cand si-au schimbat culoarea se scot si se lasa deoparte sa se raceasca.

Dupa ce s-au racit se aseaza castravetii in borcane si punem si morcovii taiati rondele si ceapa fideluta.

Se toarna zeama fierbinte deasupra se lasa sa se raceasca apoi se infileteaza bine capacele si se pun in camara.



Salata de varza rosie in otet

Ingrediente:

3 kg varza rosie

1/2 l otet

1/2 l apa

1 lingura sare

Autor: Violeta Postolache
@caietulcuretete.com

Mod de preparare:

Se toaca varza fideluta. Adaugam sarea si frecam in maini bine de tot pana se inmoaie si incepe sa isi lase zeama.

Punem apoi varza frecata in borcane de 800 gr. Fierbem otetul cu apa pana da in clocot.

Turnam amestecul fierbinte in borcane peste varza. Le punem in camera iar iarna cand le desfacem adaugam doar uleiul si gata salata.



Zacusca de vinete

Ingrediente:

5 kg vinete
2 kg ardei capia
2 kg rosii
1 kg ceapa
1/2 l ulei
sare, piper

Autor: Violeta Postolache
@caietulcuretete.com

Mod de preparare:

Se coc vinetele si ardeii. Se curata se lasa sa se scurga apoi se toaca marunt. Se toaca ceapa si se caleste in ulei pana devine sticloasa.

Adaugam vinetele si ardeii, sare si piper dupa gust si lasam sa fiarba la foc mic. Cand incepe sa clocoteasca adaugam si rosiile date pe razatoare si mai fierbem aproximativ 30 minute.

Punem zacusa fierbinte in borcane (borcanele trebuie sa fie curate si foarte bine uscate). Adaugam deasupra ulei cat sa acopere toata suprafata, infiletam capacele bine si le punem in cuptor, la foc mic cam 5-10 minute. Borcanele trebuiesc pastrate intr-un loc intunecos si ferit de umezeala.



truedelights

Dulceata de mure

Ingrediente:

1 kg mure,
1 kg zahar,
200 ml apa,
2 linguri zeama de lamaie,
esenta de vanilie.

Autor: Florentina Lazar
[@truedelights.wordpress.com](https://truedelights.wordpress.com)

Mod de preparare:

Murele se spala si se scurg bine de apa. Se amesteca apa, zaharul si zeama de lamaie si se pun la fiert, pana se obtine un sirop bine legat.

Se adauga murele si se continua fierberea pentru inca 30-35 minute.

Spre sfarsit se adauga si esenta de vanilie. Dulceata se pune fierbinte in borcanele spalate si sterilizate.



Gem de prune

Ingrediente:

1 kg prune
400 g zahar
1 plic zahar vanilat(optional)
150 ml apa
sucul de 1/2 lamaie
praful de la 1/2 aspirina - optional

Autor: Cristina Toth @ divainbucatarie.ro

Mod de preparare:

Spalam si curatam prunele de samburi si codite. Punem prunele intr-o cratita, le acoperim cu zahar si le lasam cateva ore sa lase sirop.

Le punem la fiert cu apa, la început la foc mare, apoi la foc potrivit. Amestecam cu o lingura de lemn sa nu se prinda de cratita, mai ales pe fundul acesteia. Luam spuma de cate ori este nevoie. Adaugam sucul de lamaie si continuam sa amestecam.

Lasam sa fiarba pana se leaga gemul. Il punem fierbinte in borcanele sterilizate si tinute in cuptor la 100°C. Preasaram putina aspirina (cu rolul de a conserva cat mai bine), apoi le inchidem ermetic.



Gem de zmeura

Ingrediente:

1 kg zmeura,
700 g zahar,
1 plic zahar vanilat,
1 lingura zeama de lamaie.

Autor: Florentina Lazar

@truedelights.wordpress.com

Mod de preparare:

Zmeura bine coapta, se curata de codite, se spala, se scurge foarte bine de apa, se amesteca cu zaharul si se lasa la frigider peste noapte.

A doua zi se pune la fiert, la foc potrivit, adunand din cand in cand spuma care se formeaza la suprafata si amestecand incet. Se fierbe pana cand capata o consistenta ingrosata, gelatinoasa (aprox. 30-40 min).

Spre sfarsitul fierberii se adauga zaharul vanilat si zeama de lamaie. Gemul se pune fierbinte in borcanele sterilizate. Se infasoara in paturi mai groase si se lasa asa pana cand este complet racit. Abia apoi este gata de pus in camera.



Dulceata de piersici

Ingrediente:

1 kg piersici
800 gr zahar
zeama de la o lamaie

Autor: Violeta Postolache

@caietulcuretete.com

Mod de preparare:

Punem o oala cu apa la fiert si cand da in clocot punem piersicile si le lasam cateva secunde dupa care le scoatem intr-un vas cu apa rece.

Indepartam pielita apoi desfacem pulpa de pe sambure si taiem cubulete. Stropim cuburile de piersica cu zeama de la o lamaie.

Punem intr-o cratita zaharul cu 200 ml de apa. Lasam sa fiarba pana da in cateva clocote .

Aaugam piersicile si punem la fiert la foc mic avand grija sa adunam spuma care se formeaza.

Cand piersicile devin translucide si siropul este legat , dulceata este gata. O turnam fierbinte in borcane, capsam si le intoarcem cu gura in jos.



© www.divainbucatarie.ro

Dulceata de visine

Ingrediente:

1 kg visine
500 g zahar
sucul de la 1 lamaie
250 ml apa

Mod de preparare:

Spalam visinele si le scoatem samburii. Punem 70-80g zahar peste ele si le lasam peste noapte la frigider.

Fierbem un sirop din apa si zahar, pana acesta devine gros. Punem visinele (cu siropul lasat) peste acesta, adaugam sucul de lamaie si lasam sa fiarba in jur de 80-90 minute. Luam spuma cat de des este nevoie.

Cand dulceata se leaga o luam de pe foc. Vom face proba cu o cateva picaturi de dulceata pe o farfurie. O punem in borcanele spalate, pe care le-am tinut caldute la 100°C in cuptor.

Este dulceata mea preferata pentru clatite!

Autor: Cristina Toth @[divainbucatarie.ro](https://www.divainbucatarie.ro)



Dulceata din fructe de padure

Ingrediente:

2 kg fructe de padure (zmeura, mure si afine)

1 kg zahar

sucul de la 1 lamaie

1 aspirina

Mod de preparare:

Fructele spalate usor le lasam sa se usuce. Punem zaharul peste ele si lasam vasul o noapte sa lase sirop.

A doua zi, punem fructele sa fiarba la foc mic. Luam spuma de cate ori este nevoie si lasam dulceata sa fiarba in jur de 1 ora – 1 ora si 20 de minute, sau pana se leaga (siropul cade greu de pe lingura). Sucul de lamaie il adaugam la 30 de minute de cand incepe sa fiarba.

Autor: Cristina Toth @[divainbucatarie.ro](https://www.divainbucatarie.ro)

Punem dulceata in borcanele spalate, pe care le-am tinut caldute la 100°C in cuptor. Presaram putin praf de aspirina peste dulceata, apoi punem capacul. Astfel rezista mai mult in timp.

In septembrie,
gustos.ro te invita in

Cămara cu delicii

Savureaza cele mai gustoase retete de dulceata, compot, zacusca, muraturi si alte delicii din camara.

Afla mai multe »

