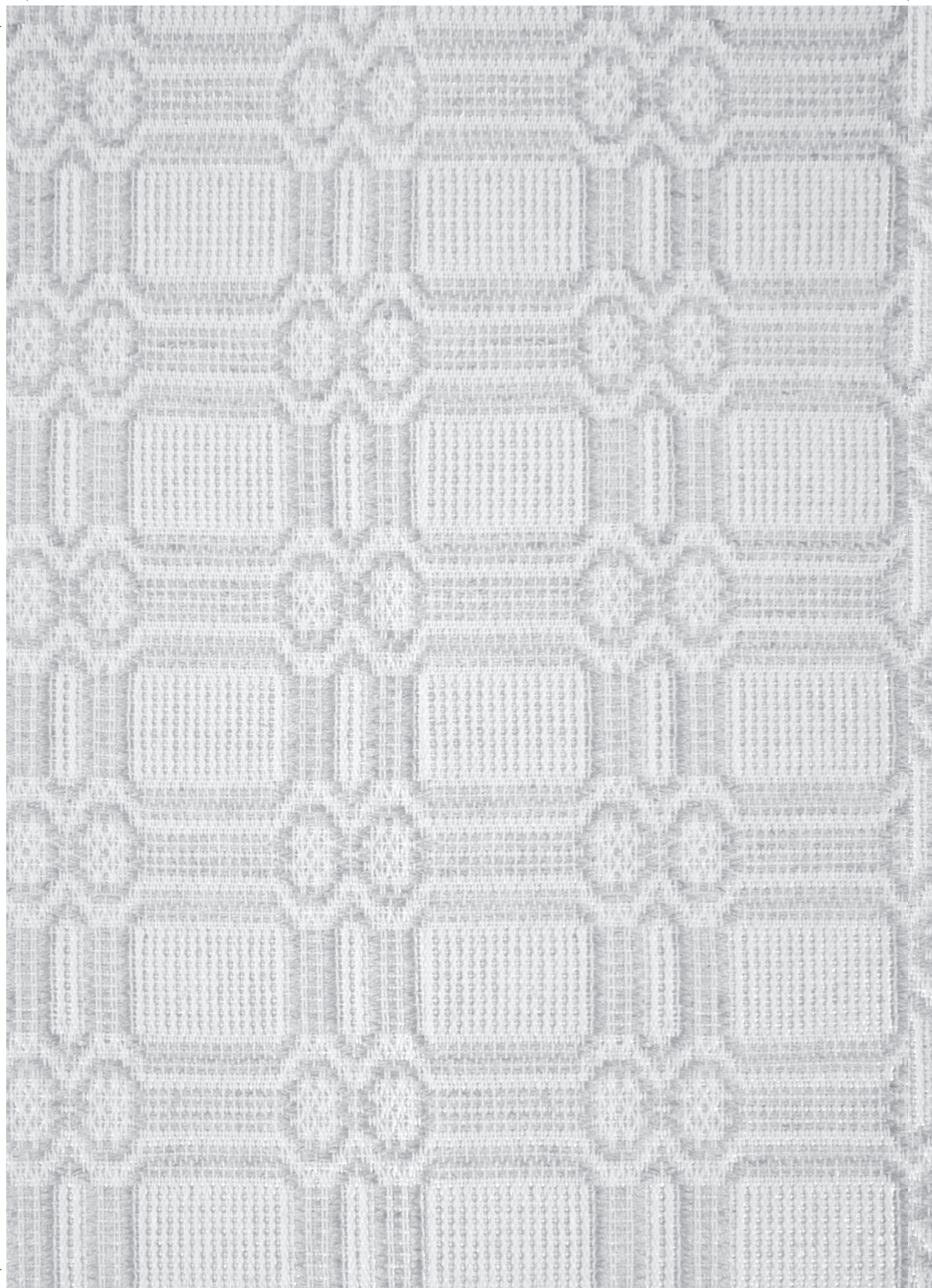


Konservēšana

Rokasgrāmata
čaklai saimniecei



Konservēšana

Rokasgrāmata
čaklai saimniecei



Sastādījusi *Inta Kalniņa*

Autoru kolektīvs: *Gundega Anšance*
Milija Antone
Inta Kalniņa
Jolanta Krūmiņa
Jānis Leja
Kārlis Riekstiņš

Ilgoņa Riņķa un *Lilijas Rimicānes*
mākslinieciskais noformējums

ISBN 978-9984-859-90-3

© «Izdevniecība Avots», 2014
© I. Kalniņa, sastādītais materiāls, 2014
© G. Anšance, M. Antone, I. Kalniņa,
J. Krūmiņa, J. Leja, K. Riekstiņš, teksts, 2014
© I. Riņķis, L. Rimicāne, māksl. nof., 2014



Mūsdienās visu – nu gandrīz vai visu – var iegādāties lielveikalos. Taču ne vienmēr mūs apmierina piedāvātais klāsts un tā kvalitāte. Vēlīgāk aplūkojot etiķetes, pārsteidz bagātīgais dažādo pievienoto vielu saturs, to skaitā atrodami garšas uzlabotāji, krāsvielas, biezinātāji, stabilizatori un daudz kas cits.

Gatavojot konservus mājās, nav jājautā: «Ko mēs apēdam?»

Bez pārtikas piedevām, protams, iztikt nevar. Taču tām jābūt bioloģiski neitrālām. Svarīgi arī zināt, kādā daudzumā tās tiek pievienotas.

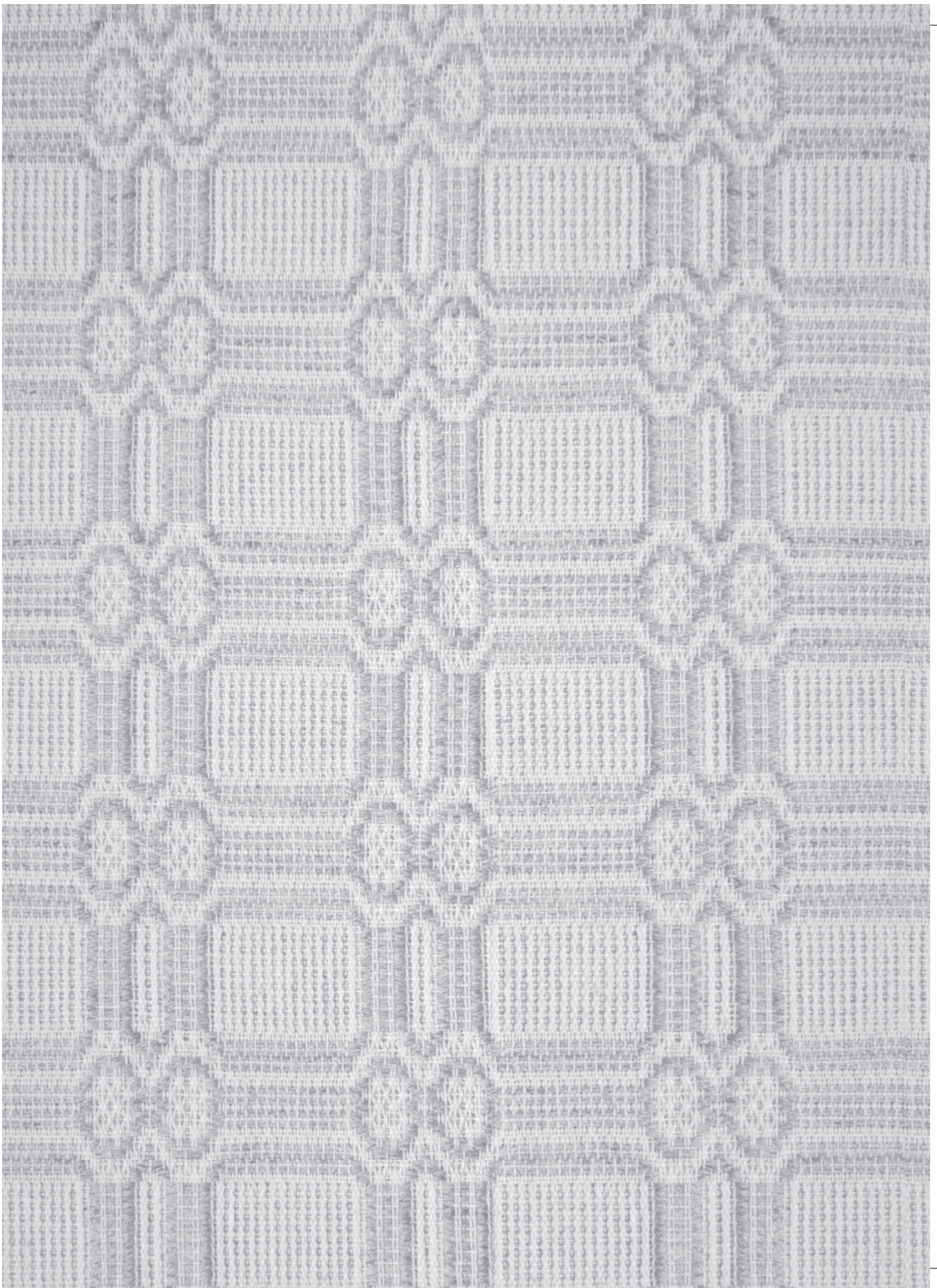
Gandrīz jebkuram rūpnieciski gatavotam pārtikas produktam ir lielāka vai mazāka E vielu buķete. E vielu iedarbība uz organismu joprojām tiek pētīta, un ir atklātas E vielas, kuras negatīvi ietekmē cilvēka veselību.

Gatavojot konservus mājās, arī tiek lietotas konservējošas vielas – sāls, cukurs, etiķis, eļļa utt., taču vienmēr iespējams izvēlēties minimālo nepieciešamo daudzumu un pievērst uzmanību kvalitātei, piemēram, izvēlēties cukuru ar pektīnvielām, lietot nerafinētu eļļu, dabīgi raudzētu etiķi, pievienot mazāk sāls, samazināt karsēšanas laiku, izmantot trīsreizēju pārļiešanu, burkas sasedzot.

Rokasgrāmatā apkopoti materiāli gan par augļu un ogu, gan veselīgu un daudzveidīgu dārzeņu konservu pagatavošanu, saglabājot pēc iespējas vairāk vitamīnu un bioloģiski aktīvo vielu tajos. Sniegti padomi laba vīna pagatavošanai, etiķa raudzēšanai, kā arī gaļas pārstrādei un zivju kūpināšanai.

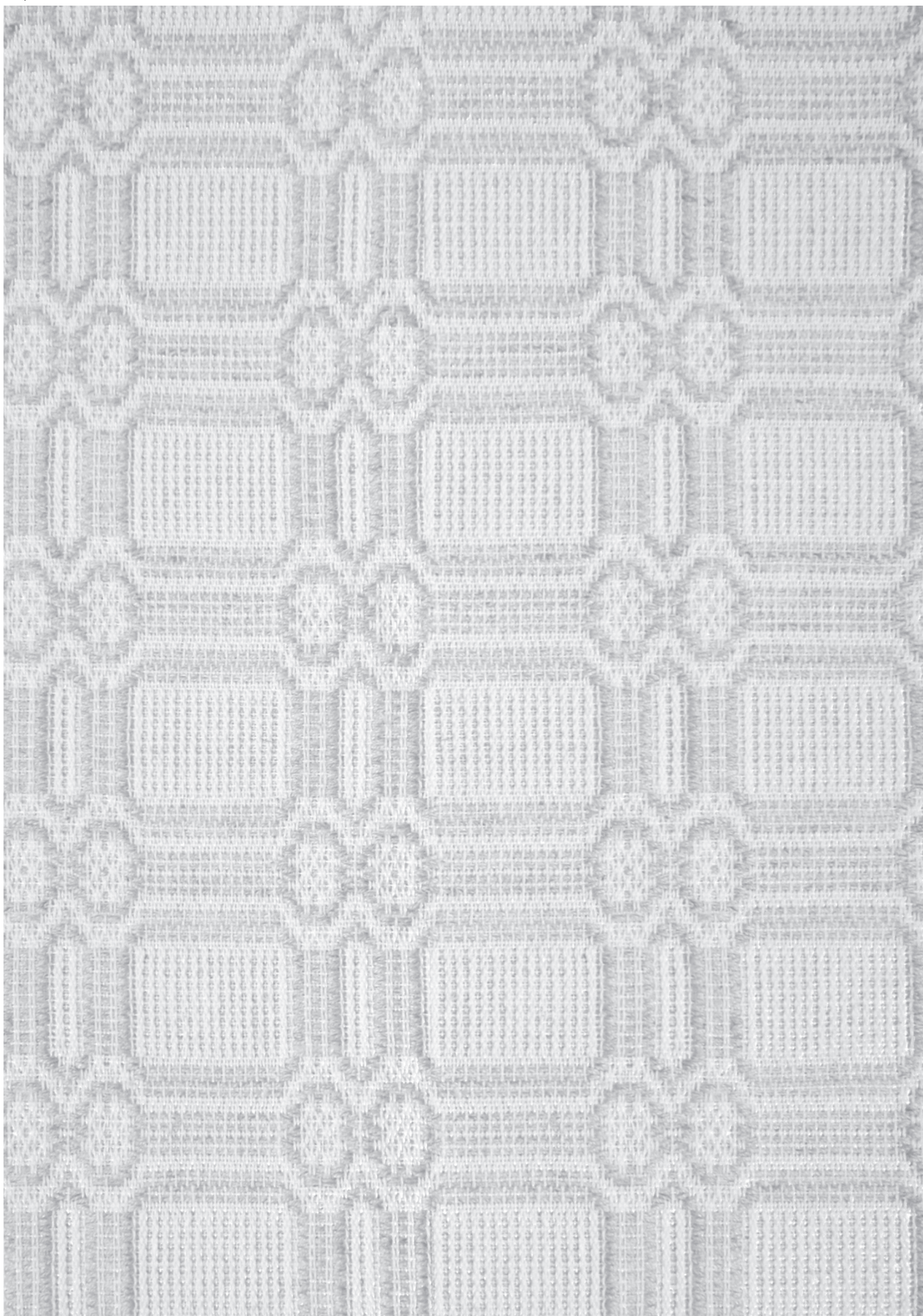
Lai ziemas periodā varētu palutināt sevi un savus mīļos ar garšīgām vasaras un rudens veltēm, ir tikai viens priekšnoteikums – būt čaklai saimniecei. Lai lielais darbs uz priekšu iet, konservu gatavošanā var iesaistīt visu ģimeni, savs darbiņš atradīsies gan mazajiem un ģimenes vīriem, gan noderēs arī sirmmāmiņas padoms.

Lai veicas! Lai vasaras saulīte un rudens dāsnais devums ienāk mājās un katrā virtuvē arī saltās un baltās ziemas dienās.



DĀRZENĪ, UN SĒNES

- ❖ Dārzeņu uzglabāšana
- ❖ Dārzeņu konservēšana, tās uzdevumi un metodes
 - ❖ Garšaugi un garšvielas
 - ❖ Dārzeņu skābēšana
 - ❖ Dārzeņu sāļšana
- ❖ Dārzeņu atdzesēšana un saldēšana
 - ❖ Dārzeņu kaltēšana
- ❖ Dārzeņu konservēšana hermētiski noslēgtos traukos
- ❖ Dārzeņu konservēšana ar cukuru
 - ❖ Sēņu sagatavošana ziemai





Lai cilvēks varētu pilnvērtīgi dzīvot un strādāt, organismam nepieciešamas uzturvielas: olbaltumvielas, tauki, ogļhidrāti, ūdens, minerālvielas un vitamīni. Ja kādas no šīm vielām trūkst vai nav pietiekamā daudzumā, cilvēka veselība un darbības pasliktinās. Dārzeņi ir ļoti vērtīgi uztur līdzekļi.

Dārzeņu ķīmiskais sastāvs. Dārzeņos visvērtīgākās uzturvielas ir minerālvielas un vitamīni. Minerālvielu trūkums var izraisīt nopietnus traucējumus vielmaiņas procesos. Tāpat svarīga nozīme ir organiskajām vielām, vitamīniem. Vitamīnu trūkums var izraisīt avitaminozi. Vitamīni ir neaizstājami, un katrai saimniecei ir jāzina, kā ēdiena gatavošanas laikā samazināt vitamīnu zudumus.

Vitamīnus iedala taukos šķīstošos vitamīnos un ūdenī šķīstošos vitamīnos. Pie taukos šķīstošiem pieskaita A, D, E un K vitamīnus, tiem ir spēja uzkrāties organismā. Ūdenī šķīstošo vitamīnu daudzums organismā (C un visi B grupas vitamīni) ir pastāvīgi jāpapildina, jo organisms tos nespēj uzkrāt.

A vitamīns stiprina organisma imunitāti. A vitamīnu (retinolu) sastop augos karotīna (provitamīna) veidā, kas cilvēka organismā fermentu ietekmē spēj pārveidoties A vitamīnā. Daudz karotīna ir burkānos, saldaļos sarkanajos piparos, sīpolļokos, pētersīļu lapās, skābenēs, spinātos, tomātos. Oranžas un tumši zaļas krāsas dārzeņos ir visvairāk karotīna.

Folskābe ir spinātos, salātos, kāpostos.

U vitamīns ir galviņkāpostu sulā.

B grupas vitamīnu dārzeņos ir maz.

D vitamīns (kalciferols) nav sastopams dārzeņos, bet ir aknās un zivju taukos, mazāk olas dzeltenumā, sviestā un pienā.

E vitamīna (tokoferols) avoti ir augu eļļas, pākšaugi, lapu salāti, galviņkāposti.

K vitamīns (fillohinons) atrodas galvenokārt spinātos, ziedkāpostos, zaļajos tomātos.

C vitamīns (askorbīnskābe) palielina organisma pretošanās spējas dažādām infekcijas slimībām. No C vitamīna daudzuma atkarīgs nervu sistēmas līdzsvars un normāls asins sastāvs. C vitamīns ir visjutīgākais un neizturīgākais no visiem vitamīniem, sevišķi jutīgs pret karsēšanu gaisa klātbūtnē, pret gaismas un saules intensīvu iedarbību. C vitamīna trūkums sevišķi izjūtams pavasarī.

Daudz C vitamīna satur visi zaļumi: pētersīļu lapas, dilles, seleriju lapas, sīpolloki, salāti, spināti u. c. C vitamīna šķelšanās sākas līdz ar dārzeņu novākšanas brīdi. Vidēji dārzeņos uzglabāšanas laikā C vitamīna zudumi var sasniegt 60–80%. C vitamīna daudzums uzturlīdzekļos atkarīgs no dārzeņu šķirnes, no augsnes sastāva, mēslošanas, augšanas vietas un laikapstākļiem.

Ja konservi sāk bojāties, rūgt, pelēt, tad C vitamīns tajos var pilnīgi izzust. Arī netīrs sāls, ja to pieliek konserviem, var veicināt C vitamīna sadalīšanos.

Svaigos dārzeņos ir 80–95% ūdens, tāpēc tiem ir zema kaloritāte. Jo mazāk dārzeņos ūdens, jo augstāka ir to enerģētiskā vērtība.

Visvairāk ūdens ir gurķos (95%), lapu salātos (94%), tomātos (92%). Dārzeņu kaltēšanas laikā brīvais ūdens iztvaiko, bet tajā izšķīdušās vielas paliek ievērojami lielā koncentrācijā. Tādēļ kaltēto dārzeņu kaloritāte palielinās.

Dārzeņi ir bagāti ar *olbaltumvielām*. Visvairāk olbaltumvielu ir pupās, zirņos (6,0%) un ķiplokos (6,5%). *Ogļhidrātu* dārzeņos nav daudz.

Šķiedrvielas veido dārzeņu šūnapvalkus. Vairāk šķiedrvielu ir dillēs (3,5%) un mārrutkos (2,8%), mazāk gurķos (0,7%) un kabačos (0,5%).

Pektīnvielu daudzums dārzeņos nav liels. Vairāk pektīnu ir burkānos, rāceņos un ķirbjos.

Tauku dārzeņos ir ļoti maz, bet vasks dārzeņiem veido aizsargapvalku, kas pasargā tos no intensīvas ūdens iztvaikošanas un mikroorganismu iedarbības.

No dārzeņu *minerālvielām* īpaši nozīmīgi elementi cilvēka organismam ir kālijs, nātrijs, dzelzs, kalcījs un fosfors. Kalciju un fosforu, kas nepieciešami kaulaudu nostiprināšanai, daļēji uzņem ar dārzeņiem. Vislielākā vajadzība organismam ir pēc nātrija. Ar dārzeņiem nātrijs tiek uzņemts daļēji, papildus to iegūst ar vārāmo sāli.

Desmitreiz mazāka ir cilvēka organisma nepieciešamība pēc dzelzs (10–15 mg diennaktī), bet tā fizioloģiskā nozīme ir liela, jo dzelzs ir hemoglobīna sastāvā, tā piedalās asinsradē. Dzelzi satur skābenes, garšaugu zaļumi, kāļi, Briseles kāposti u. c.

Fitoncīdus izdala dārzeni un garšaugi. Tiem piemīt arī antiseptiskas īpašības, t. i., tie kavē patogēno mikroorganismu darbību, aizsargā pret dažādām infekcijas slimībām. Vairāk fitoncīdu ir ķiplokos, sīpolos, mār-rutkos.

Ēteriskās eļļas galvenokārt atrodas dārzeņu mizā un garšaugu sēklās. Ļoti daudz to ir garšvielās – pētersīļu, seleriju, diļļu zaļumos (0,05–0,3%), ķimeņu sēklās (3–6%).

Visi garšaugi plaši tiek izmantoti konservēšanā, jo tie daļēji aizkavē mikroorganismu darbību – bet tikai tad, ja tie ir nomazgāti.

Ziemā un pavasarī uzturā trūkst svaigu dārzeņu, tāpēc šajā periodā ieteicams lietot dārzeņu konservus, kas aizvieto svaigos dārzeņus. Pareizi sagatavotos dārzeņu konservos labi saglabājas C vitamīns un karotīns.

Dārzeņus tvaikot nav lietderīgi – tad gan zūd mazāk minerālvielu, bet vairāk sašķeļas vitamīni. Ūdens, kurā vārījušies dārzeņi, satur vitamīnus, tādēļ to vēlams izmantot zupu un mērču pagatavošanai.

Zirņu un pupiņu pākstis, kā arī spinātus neilgi tvaiko vai liek verdošā ūdenī – tā askorbīnskābe mazāk sairst.

Dzeltenie un oranžie dārzeņi (burkāni, sarkanā paprika) satur daudz karotīna. Ja tos pārvāra, karotīns pāriet ūdenī. Tādēļ dārzeņus tvaiko vai vāra traukā ar blīvi uzliktu vāku. Tāpat vāra bietes; lai tās nezaudētu krāsu, ūdenim pievieno mazliet etiķa, citronskābes vai citronu sulas. Vārot emaljētā traukā ar nebojātu emalju, C vitamīns saglabājas labāk nekā dzelzs vai vara traukos. Dārzeņus labāk nevis malt gaļasmašīnā, bet gan rīvēt uz plastmasas vai alumīnija rīves.

DĀRZEŅU UZGLABĀŠANA

Svaigi dārzeņi vienmēr ir vērtīgāki nekā konservēti, tāpēc iespējami ilgāk jācenšas tos uzglabāt nepārstrādātus.

Dārzeņu uzglabāšanai nepieciešami noteikti apstākļi. Tas pirmām kārtām attiecas uz temperatūru, kādā dārzeņus uzglabā. Zema temperatūra palēnina pūšanas baktēriju attīstību un dārzeņu dabisko sairšanas procesu. Vispiemērotākā temperatūra ir no 0 °C līdz +4 °C. Augsta mitruma pakāpe sekmē pelējuma sēnītes attīstību, taču samazina dārzeņu izžūšanu. Tādēļ, piemēram, burkānus vajadzētu uzglabāt telpās, kurās gaisa mitrums ir 90–95%. Jārūpējas, lai dārzeņiem piekļūtu svaigs gaiss.

Temperatūru var regulēt un uzturēt relatīvi zemu, arī vēdinot. Ja āra temperatūra atļauj, pagraba logs jāatstāj vaļā. Logam jābūt ar sietiņu, lai neiekļūtu grauzēji.

Pagraba telpas, kuras izmanto dārzeņu uzglabāšanai, katru gadu rūpīgi jāiztīra un jādezinficē. Labus panākumus gūst, balsinot ar kaļķu pienu, kam pievienots 5% vara vitriola. Kaļķu piens padara telpas tīras un aizsprosto sienās un griestos sīkās spraugas, kurās pēc šādas balsināšanas vairs neattīstās kaitēkļi un kaitīgie mikroorganismi. Lai kaļķu pienam būtu arī dezinficējošas īpašības, tam pievieno vara vitriolu. Ja iepriekšējā gadā sakņaugi ir labi glabājušies, var aprobežoties ar pagraba izkvēpināšanu ar kadiķu vai egļu zariem.

Katrai dārzeņu sugai ir savs uzglabāšanas režīms.

Kāļus, rāceņus un galda bietes uzglabā koka kastēs (līdz 40 kg).

Burkāni un citi sakņu dārzeņi, kas sliktāk uzglabājas, neatkarīgi no uzglabāšanas vietas jāieziemo ar smilts starpkārtām. Burkānus saliek kastēs kārtās (ar smiltīm), virsējo kārtu nosedzot ar 5 cm biezu smilšu kārtu. Var izmantot arī vieglu dārza augsni, tikai tai jābūt tīrai. Burkānus kastēs labāk likt stāvus – ar saknēm uz augšu. Siltos pagrabos burkānus var uzglabāt plēves maisos (līdz 30 kg); virsū uzber mitru augsni vai smiltis. Smiltis, ja tās izžuvušas, ik pēc 5 dienām mitrina. Visdrošāk burkānus uzglabāt blīvi noslēgtās kastēs, kuru izmēri ir 0,5 × 0,7 × 1,5 m, vai arī apcirkņos ar

blīvām sienām un vākiem. Apcirkņu izmēri $0,6 \times 0,8 \times 3$ m. Vēl labāk, ja kastes vai apcirkņa dibenu, sānus un vāku izolē ar jumta papi.

Burkānus krauj rindās ar smilts starpkārtām. Piepildītās kastes vai apcirkņus cieši noslēdz ar vāku. No burkāniem izdalījusies ogļskābā gāze sakrājas kastēs vai apcirkņos un kavē mikroorganismu attīstību. Izmēģinājumos pierādīts, ka, šādi uzglabājot, burkānu bojāšanās procents ir ļoti niecīgs. Siltos pagrabos arī pārējos sakņu dārzeņus pārklāj ar 5 cm biezu mitru smilšu vai augsnes kārtu, ko regulāri mitrina.

Lai burkāni, kā arī citi sakņaugi labāk uzglabātos, tos apkaisa ar bioloģisko augu aizsardzības līdzekli trihodermīnu. Uz 100 kg sakņaugu lieto 20 g sausā preparāta.

Selerijām atstāj klāt mazas lapiņas, un saknes iestāda smiltīs. To uzglabāšanai vajag nedaudz mitrāku zemi nekā citām saknēm.

Puraviem nogriež lakstus līdz pusei un iestāda rindās mitrās smiltīs.

Ja pagrabā jāuzglabā **kāposti**, tad to nepieciešams vēdināt. Kāpostus novieto piramīdveida vai jumtveida kaudzē ar kaceniem uz augšu.

Sīpolus mājas apstākļos uzglabā 15–18 °C temperatūrā, jo tad tie vismazāk bojājas.

Ķiplokus uzglabā līdzīgi sīpoliem.

Ķirbjus, novietotus plauktos, var saglabāt līdz pavasarim. Ja ķirbis sāk bojāties, tas steidzami jāizlieto. Optimālā uzglabāšanas temperatūra 1–14 °C.

Salāti «Sievasmātes mēle»

3 kg kabaču, 3 kg tomātu, 5 saldās paprikas, 4 ķiploka galviņas, 1 glāze eļļas, 1/2 glāzes 6% etiķa (var arī ābolu etiķi), 1 neliela asā pipara pāksts, sāls, cukurs.

Kabačus nomizo un sagriež plānās šķēlēs garenvirzienā. Tomātus kopā ar papriku un aso piparu samal un uzvāra, masā ieliek sagrieztās garās kabaču šķēles, pievieno eļļu, sāli, cukuru un vāra pusstundu, ik pa brīdim apmaisot. Beigās pievieno etiķi, sasmalcinātus ķiplokus un vāra vēl 5 minūtes. Verdošu pilda burciņās un aizvāko.

Kabaču un citu dārzeņu salāti I

3 kg kabaču, 3 kg burkānu, 3 kg tomātu, 12 paprikas pākstis, 9 lieli sīpoli, 6–7 ķiploku daiviņas, pētersīļi, dilles, puravi, dažas lauru lapas, 1 1/2 tējkarotes maltu melno piparu, 2 l eļļas (var mazāk), 3 1/2 l asās tomātu mērces, 360 g 9% etiķa (vēlams pievienot pakāpeniski pēc garšas), 3 ēdamkarotes cukura, 3 ēdamkarotes sāls.

Burkānus sarīvē. Tomātus blanšē, noņem mizu, sagriež daiviņās, kabačus, papriku, sīpolus, puravus sagriež kubiņos, sasmalcina ķiplokus un zaļumus.

Katlā sakarsētā eļļā liek burkānus, kabačus, tomātus, papriku, sīpolus, puravus, piparus un lauru lapas. Pusstundu pirms vārīšanas beigām pievieno tomātu mērci, etiķi, cukuru un sāli. Karstu pilda burciņās un aizvāko.

Kabaču un citu dārzeņu salāti II

2,5 kg kabaču, 1–2 kg burkānu, 1–2 kg sīpolu, 1 kg tomātu, eļļa cepšanai, zaļumi, pipari, sāls pēc vajadzības.

Kubiņos sagrieztus kabačus apcep, apcep uz rupjās dārzeņu rīves sarīvētus burkānus, sagriež un apcep sīpolus. Visu liek katlā, vāra 15 minūtes. Vārīšanas beigās pievieno tomātus (bez mizas), zaļumus, piparus, sāli. Vāra vēl 10 minūtes. Karstus pilda burkā.

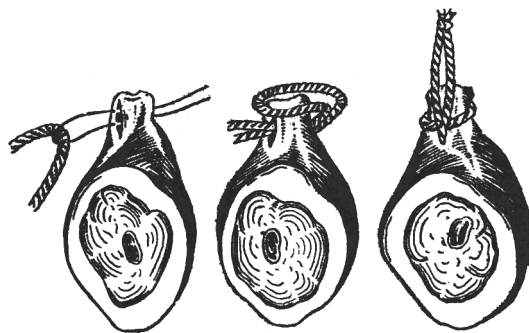
Cukini uzkodas

1 kg cukini, 500 g burkānu, 500 g paprikas, 500 g sīpolu, 500 g ābolu, 1 glāze eļļas, sāls, cukurs, malti pipari, citronskābe.

Žāvētu priekškāju un pakalķāju šķiņķu gatavošana

Vārīts žāvētais šķiņķis

Sālītu šķiņķi pirms žāvēšanas mērcē aukstā ūdenī, lai samazinātu sāls daudzumu, kas sevišķi uzkrāties gaļas virskārtā. Mērcēšanas ilgums atkarīgs no sāļjuma stipruma, kas savukārt atkarīgs no izlietotā sāls daudzuma un sāļšanas ilguma. Stipri sālīts šķiņķis jāmērcē ilgāk nekā maz sālīts. Mērcēšana ilgst vidēji 2–5 stundas. Nomērcēto šķiņķi skalo siltā ūdenī. Tad šķēlumā starp liela kauliem iever cilpu, lai šķiņķi žāvētavā varētu pakārt. Cilpu iever vai nu ar resnu adatu, vai arī ar tievu tērauda stiepli (15. att.).



15. att. Cilpas uzmešana šķiņķim.

Cilpai ņem attiecīga resnuma kaņepāju auklu, kas iztur šķiņķa svaru. Pēc tam šķiņķi pakar uz 2–3 stundām vēsā vietā (vēlams caurvējā), lai tas nožūtu. Tas noteikti jādara, jo mitram produktam aromātiskās dūmvielas nepieklūst un tā kvalitāte pazeminās.

Kad šķiņķis nožuvis, to sāk žāvēt. Ja šķiņķi paredzēts arī vārīt, tad to tur apmēram 10 stundas dūmos, kur temperatūra 40–45 °C. Malku saliek tā, kā tas parādīts 14. att. 2. Jāraugās, lai malka nedegtu strauji un, ja vajadzīgs, liesma pat jāapslāpē, uzberot samitrinātas zāģu skaidas. Labi nožāvētam šķiņķim jābūt sausam un dzeltenbrūnam. Nožāvēto šķiņķi ievieto pietiekami lielā katlā vertikāli, ar kājiņu uz augšu līdz viršanai sakarsētā ūdenī. Ūdens temperatūru visu laiku uztur apmēram 80–85 °C (tikko samanāmi burbulīši ūdens virspusē).

Pirmajās 30 vārīšanas minūtēs šķiņķi tur tā, lai kājiņas vistievākā daļa būtu ārpus ūdens. Tādā stāvoklī šķiņķi nostiprina ar koka nūju, atbalstot

to uz katla malām. Ja šķiņķi nepaceļ, tad gaļa ap kājiņu pārvārās un var pat atdalīties no kaula, līdz ar to šķiņķa virsma kļūst neglīta.

Vārīšanas ilgums atkarīgs no šķiņķa lieluma: katra kilograma izvārīšanai nepieciešamas apmēram 40–50 minūtes. Tātad, ja šķiņķis sver 5 kg, tad tas jāvārda 3,5–4 stundas, bet lielu šķiņķi (10 kg) vārīs 8 stundas.

Šķiņķa gatavību nosaka, iedurot pašā biezākajā vietā pavāra adatu vai adāmo adatu un paturot apmēram 30 sekundes; pēc tam adatu ātri izvelk. Ja adatas vidusdaļa ir tikpat karsta kā gali, tad šķiņķis ir gatavs. Ja ir jau neliela pieredze, šķiņķa gatavību var noteikt pēc tā, cik viegli ar dakšiņu vai adatu var iedurt līdz kaulam.

Precīzāk šķiņķa gatavību var noteikt, lietojot speciālu termometru ar garu, tievu kājiņu. Termometru iebāž caurumā, ko iepriekš izdur ar nazi vai resnu adatu. Ja temperatūra šķiņķa iekšienē ir 70 °C, tad vārīšanu pārtrauc.

Karstumā žāvēts šķiņķis

Pēc šī paņēmiena šķiņķi var žāvēt krievu krāsnī. Sālītu (bieži vien bez nitrāta) šķiņķi pēc nomērcēšanas ietin papīrā un pamatīgi samitrina. Papīrs pasargā šķiņķi no apkvēpšanas, bet mitrums neļauj papīram gruzdēt un sadegt. Šķiņķi pakar kurtuvē, dūmvada sākumā (sk. 10. att.). Zem tā noliek kādu trauku (pannu, katliņu) tauku uztveršanai. Krāsni kurina tāpat kā parasti ar lapu koku malku. Šķiņķa žāvēšanu var apvienot ar ēdienu gatavošanu. Karstajos dūmos šķiņķis ir gatavs jau pēc 4–6 stundām. Pēc tam šķiņķi izņem no krāsns, iztin no papīra, uzliek uz paplātes vai cepešpannas, pārklāj ar tīru papīra lapu un ļauj atdzist. Papīrs jāuzklāj tāpēc, lai šķiņķa virsma pārāk neizžūtu un gaļa būtu sulīga.

Šādā veidā sagatavotam šķiņķim ir maiga un garšīga gaļa. Ja, šķiņķi sālot, nav lietots nitrāts, tad pēc dūmošanas tas griezuma vietā ir bālgani pelēkā krāsā.

Cūkgaļas šķiņķis ātrā sālījumā

1 šķiņķis ar speķi un ādu (8 kg).

Sālījums: 1 l ūdens, 100 g sāls, 100 g garšvielu gaļai, 10 g kadiķogu sulas, 5 g sāls.

5 cm dziļi gaļā iešļircina sālījumu. Tad šķiņķi iemērc tādā pašā sālījumā un atstāj 3 diennaktis. Pēc tam gaļu rūpīgi apmazgā, izmērcē, ļauj vienu dienu apžūt vēsā vietā un kūpina pēc karstās kūpināšanas paņēmiena 85 °C temperatūrā.

Vītināti-žāvēts cūkgaļas šķiņķis

10 kg šķiņķa gaļas.

Sālījums: 10 l vārīta ūdens, 1 kg sāls, 100 g lauru lapu, 100 g melno graudu piparu, 100 g ķimeņu, 300 g ķiploku.

Vītināti-žāvēta šķiņķa sagatavošana ietver trīs sekojošus tehnoloģijas procesus: sāļšana, vītināšana un žāvēšana. Sagatavo sālījumu – samaisa sāli ar garšvielām, atdzesē. Cūkgaļas šķiņķi pilnīgi iegremdē sālījumā. Atstāj sālīties ne mazāk kā 10 diennaktis. Pa šo laiku muskuļu audi labi uzsūks sālījumu ar garšvielu piedevām. Sālīto šķiņķi uzglabā koka kastē vai mucā aukstā telpā 40 dienas. Pēc tam izkar vītināšanai labi vēdināmā telpā, bēniņos, zem jumta vai nojumes, lai var piekļūt ultravioletie saules stari. Pēcpusdienā gaļu novāc aukstā, ēnainā, vēdināmā telpā. Šādi rīkojas katru dienu 4 nedēļas. Tā novītinātu gaļu pakar uz āķiem žāvētavā. Kurināšanai ieteicams izmantot alkšņa skaidas, šķeldas, aromāta uzlabošanai pieliek augļu koku zarus – ābeles, ķiršus, jānogkrūmus, kā arī kadiķu zarus. Žāvē šķiņķi istabas temperatūras (baltos) dūmos no 4 līdz 7 diennaktīm. Pirmajās divās dienās uz trim stundām žāvētavu atver, lai izvēdinātu un likvidētu radušās sliktās vielas. Pēdējā kūpināšanas dienā temperatūru uzkarsē līdz 35 °C un tā uztur visu dienu. Šāds temperatūras režīms stingri jāievēro, bet žāvēšanas procesu nedrīkst pārtraukt ne dienu, ne nakti. Lai uz gaļas veidotos brūna garoziņa, žāvēšanas beigās skaidām pievieno kūdru un kadiķu zarus ar ogām.

Žāvēti šķiņķi

32 kg priekškāju un pakalkāju šķiņķu, 1 kg rupja maluma sāls, 35 g cukura, 100 g sasmalcinātu ķiploku, 40 g nitrāta.

Sālījums: 10 l vārīta ūdens, 2 kg sāls.

Sagatavo sāls maisījumu – samaisa sāli ar cukuru, sasmalcinātiem ķiplokiem un nitrātu. Pirms kūpināšanas gaļu ieberž ar sāls maisījumu. Pēc tam liek traukā ar ādu uz leju, starp kārtām un virsū saber sāls maisījumu. Slogo un atstāj 5 dienas sālīties. Sagatavo sālījumu un regulāri pielej klāt, lai gaļa visu laiku būtu nosepta ar sālījumu. Ja katrs šķiņķa gabals sver vairāk par 8 kg, tad sālījumā jāiztur vismaz 6 nedēļas, bet, ja šķiņķa gabals mazāks, tad arī sālījumā tur ne tik ilgi. Pirms žāvēšanas gaļu izņem no sālījuma, mērcē aukstā ūdenī divas stundas, tad apsien ar auklu un izkar tā, lai šķiņķa gabali neskaras viens otram klāt. Tur vēsā vietā un atstāj visu nakti, lai gaļa apžūst.

Pirms žāvēšanas katru šķiņķa gabalu ietin dubultā marlē, lai pasargātu no netīrumiem. Žāvē 24 stundas 60 °C temperatūrā.

Žāvēts un vārīts šķiņķis

Uz 10 kg šķiņķu: 400 g sāls, 10 g cukura, 4 g nitrāta, 50 g melno piparu, ķiploki, 50 g kadiķogu.

Sālījums: 1 l ūdens, 160 g sāls, 5 g nitrāta, 10 g cukura.

Šķiņķus ieberž ar sausu sālījuma maisījumu. Gaļu liek kārtām koka mucā ar ādu uz apakšu, katru kārtu pārber ar maisījumu. Atstāj sālīties 7 dienas aukstā vietā. Pēc tam gaļas gabalus pārcilā no apakšas uz augšu un otrādi. Tad pārlej uzvārītu un atdzesētu sālījumu, uzliek vāku, noslogo. Ik pēc 5 dienām pārcilā, gaļas gabalus mainot no apakšas uz augšu. Tur sālījumā 30 dienas. Pēc tam gaļu mērcē 4 stundas, tad atstāj vēsā vietā apžūt. Tad gaļu ietin marlē un žāvē 10 stundas 45 °C temperatūrā, pēc tam šķiņķi 8 stundas vāra. Šķiņķis ir gatavs, kad naža asmens viegli iziet cauri produkta biezākajam slānim.

Vārīts un žāvēts pikantais šķiņķis

Uz 5 kg gaļas: 1 tējkarote «Magi» garšvielu, 2 krustnagliņas, lauru lapas, ķiploki.

Sālījums: 1 l ūdens, 100 g sāls un nitrāta maisījuma, 2 ēdamkarotes sarkanvīna, 1 tējkarote cukura, 1/2 tējkarotes kadiķogu.

Sagatavo sālījumu. Gaļu liek sālījumā un atstāj sālīties vienu nedēļu. Pēc tam gaļu no sālījuma izņem un apžāvē. Šķiņķi sarullē, apsien ar auklu vai diegiem un vāra. Atdzesē ar visu trauku, neizņemot gaļu. To izņem tikai nākamajā dienā, apžāvē un žāvē pēc aukstās žāvēšanas metodes 2 reizes.

Žāvēts šķiņķis I (slapjais sālījums)

1 kg gaļas.

Sālījums: 5 l ūdens, 750 g sāls, 100 g cukura, ķiploki, 2 lauru lapas, pusotras ēdamkarotes koriandra.

Gaļu liek sālīšanai paredzētā traukā. Sagatavo sālījumu – ūdenī izšķīdina sāli, cukuru un saberztas garšvielas. Pārlej gaļai sālījumu tā, lai tā būtu pārklāta. Traukam uzliek vāku vai pārsedz ar tīru marlīti un atstāj sālīties 14 dienas. Pēc tam gaļu no sālījuma izņem un nomazgā siltā ūdenī, izkar uz āķiem un ļauj vienu dienu labi vēdināmā telpā apžāvēties. Sālot ar slapjo sālījumu, izmērcēšana pēc tam ūdenī nav vajadzīga. Žāvē, dedzinot priežu

KŪPINĀTAVAS UN KŪPINĀŠANAS VEIDI

Jūras piekrastes iedzīvotāji bija pirmie, kas sāka kūpināt zivis. Pirmās kūpinātavas bija nelielas no ķieģeļiem mūrētas krāsnis vai koka mucas. Tolaik par higiēnu vajadzēja uztraukties mazāk, jo svaigais jūras gaiss bija tīrs un nepiesārņots, zivis peldēja tīros ūdeņos un arī smiltis bija tīras.

Jūras piekrastes zvejnieku paraugam sekoja iekšējo ūdeņu zvejnieki.

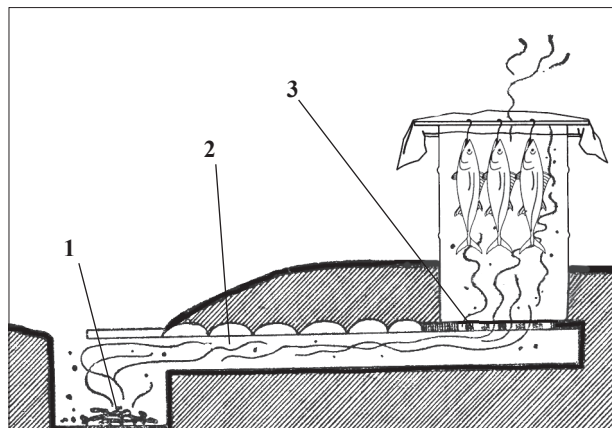
Vasarā, kad daudzviet pieejamas svaigas zivis, pavisam vienkāršā mājas kūpinātavā var pagatavot garšīgu maltīti.

Bieži vien kūpinātavas ir paškonstruētas un pašdarinātas, un liecina par to būvētāja izdomu, atjautību un oriģinalitāti. Arī mūsdienās vienkāršākās kūpinātavas nereti darinātas no šim nolūkam pielāgotas mucas.

Kūpinātavu var pagatavot pats no jebkuras biezāka metāla kastes. Lokus, uz kuriem kūpinot uzklāj džutas maisu, izgatavo no caurulītēm vai metāla stieples.

Nepieciešams arī metāla siets, uz kā likt zivis. To var iegādāties jebkurā būvniecības veikalā. Grūtāk ir sameklēt labus džutas maisus. Bet tos var uzšūt arī no džutas auduma, ko pārdod tirgū vai audumu veikalos.

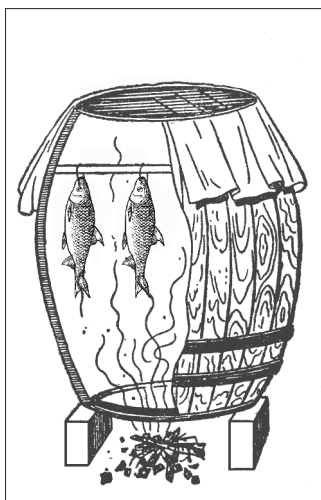
Visplašāk izplatītākā un visvienkāršākā ir kūpinātava (1. att.), kas izgatavota no 200 l ietilpības metāla mucas, kurai izgriezts dibens un vāks. Muca novietota virs bedres un ar kurtuvi savienota ar siltumvadu. Lai palielinātu vilkmi, siltumvads attiecībā pret mucu ir nedaudz paaugstināts. Siltumvadu noslēdz ar skārda vai azbesta aizvākiem un malas apber ar zemi, lai būtu hermētiskāk. Zemes valnīti veido arī apkārt mucai. Bedri un siltumvadu labāk izmūrēt ar ķieģeļiem, mucu arī liek uz ķieģeļiem, bet visas spraugas aizziež ar māliem. Mucas augšgalā iestrādā 2–3 stienus, uz kuriem uzkar āķus kūpināmo produktu pakarināšanai. Āķus var izgatavot no 5–7 mm stieples. Mucu pārsedz ar maisaudumu, lai veidotos biezāki dūmi. Maisaudums regulāri jāsamitrina ar ūdeni. Temperatūru nosaka ar pakarināta termometra palīdzību. Zem kūpināmiem produktiem ierīko sietu, kas uztver produktu, ja pārtrūkst aukla.



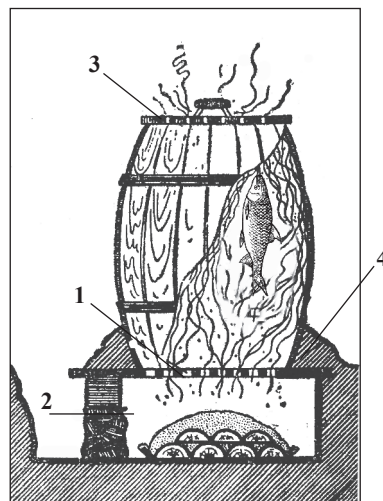
1. att. Ierīce aukstajai kūpināšanai:
1 – kurtuve; 2 – dūmvads; 3 – dzelzs plāksne ar caurumiem.

Temperatūru var regulēt ar kurināmā daudzumu, kā arī ar ugunsкура attālumu no mucas. Šādā kūpinātavā zivis var gan izžāvēt, gan apcept. Taču, kūpinot produktus šāda tipa kūpinātavās, nepieciešams nepārtraukti uzraudzīt procesu un regulēt temperatūru un dūmu veidošanos.

Kūpinātavu var viegli pagatavot no mucām, kurās uzglabāti pārtikas produkti. Zināmi daudzi paņēmieni, kā pielāgot mucas kūpināšanai. Viens no paņēmieniem attēlots 2. attēlā.



2. att. No mucas
izgatavota vienkārša zivju
kūpinātava.



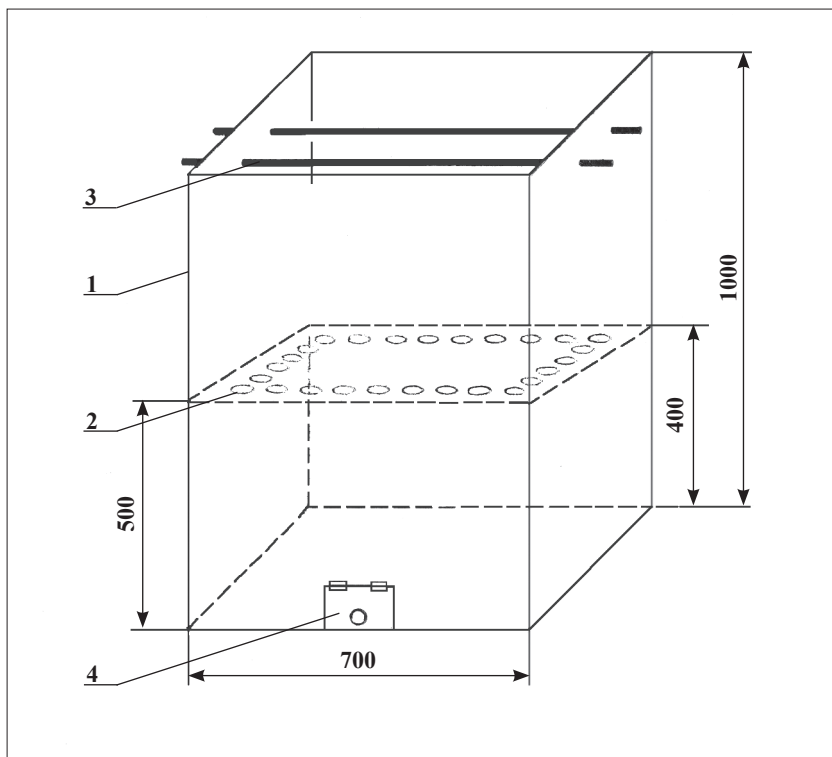
3. att. Ierīce karstajai kūpināšanai:
1 – dzelzs plāksne ar caurumiem;
2 – kamīns; 3 – vāks ar sīkiem
caurumiņiem dūmu izplūšanai;
4 – zemes slānis.

Mucai izsit abus dibenus un novieto uz trijiem ķieģeļiem. Mucas augšējās daļas iekšpusē jau iepriekš iedzen naglas, lai starp tām varētu horizontāli novilkt stiepli, vai piesit nelielus atbalsta klucīšus, kur uzlikt koka šķēršus. Mucu pārklāj ar maisu, lai dūmi nevarētu strauji aizplūst. Zem mucas dedzina malkas skaidas, zāģu skaidas vai sīki saskaldītu malku. Kurināmo periodiski papildina, lai dūmi būtu vienmērīgi.

Karstajai kūpināšanai piemērota 3. attēla kūpinātava.

Mucu vietā var izmantot saliekamas kastes, ērtības labad ierīkojot tām cieši aizveramas durtiņas, pa kurām var uzlikt un noņemt zivis (4. att.).

Šeit kā siltuma avotu izmanto elektrisko plīti ar temperatūras regulatoru. Uz plīts liek lielu kārbu (piemēram, siļķu kārbu), kurā ieber skaidas. Ar temperatūras regulatora palīdzību iegūst vajadzīgo dūmu blīvumu un temperatūru. Kastes vidusdaļā ir novietots slīps skārda paliktnis, pa kuru notecēt taukiem un sulai. Kūpinātavas augšējā daļā atrodas stieņi ar āķiem kūpinājumu pakarināšanai, bet apakšējā – durvis, pa kurām



4. att. Kūpinātava:

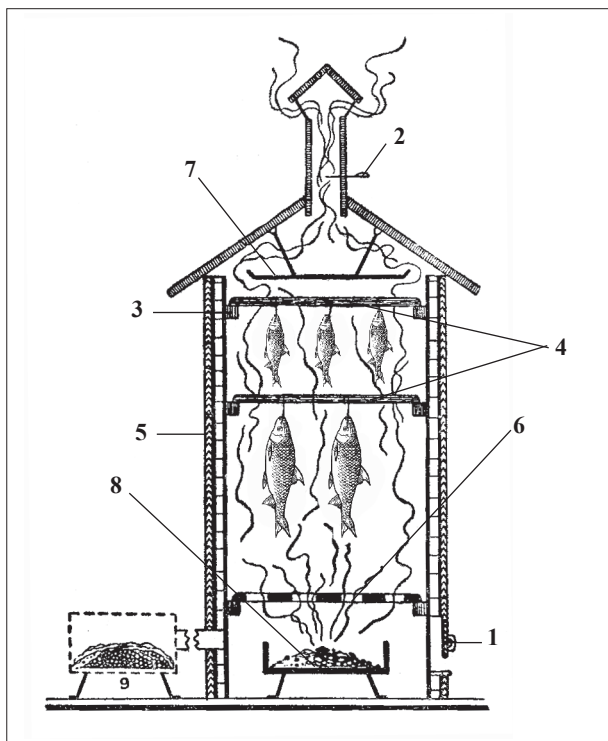
1 – kaste; 2 – paliktnis; 3 – stieņi; 4 – plīts durvis.

ievieto elektrisko plītiņu. Kūpināšanas laikā kūpinātavu pārklāj ar slapju maisaudumu.

Ja visai bieži jāsagatavo dažādi kūpināti produkti, tad labāk ierīkot nelielu, pēc iespējas pilnīgāku un ērtāku kūpinātavu. To var uzbūvēt no jebkura materiāla – akmeņiem, ķieģeļiem, niedrēm, nomaļiem, pīteņiem utt. Ja lieto niedres un pīteņus, tad kūpinātavas sienas ieteicams noziest ar māliem vai, vēl labāk, apmest. Vienmēr jācenšas panākt, lai sienas nelaistu cauri dūmus. Ziemā tādas kūpinātavas sienas ieteicams aplikēt ar kādu siltumizolācijas materiālu, ja zivis kūpina pēc karstā paņēmiena. Tad būs vieglāk uzturēt nepieciešamo režīmu, no kura atkarīga gatavo produktu kvalitāte.

Tādas speciāli iekārtotas mājas kūpinātavas uzbūve parādīta 5. attēlā.

Tās izmērus (garumu un platumu) var ņemt pēc patikas atkarībā no pieejamā būvmateriāla un no kūpināmo produktu daudzuma, rēķinot, ka uz



5. att. Speciāli ierīkota kūpinātava:

- 1 un 2 – aizbīdņi gaisa pieplūdes un dūmu izplūdes regulēšanai;
 3 – balsti šķērskoku novietošanai; 4 – šķērskoki; 5 – sienu izolācija
 (apmetums, māli ar sagrieztām salmiem utt.); 6 – dzelzs plāksne ar
 caurumiem; 7 – neīstie griesti (dūmu atstarotājs); 8 – ogļu panna ar zāģu
 skaidām; 9 – krāsnsiņa, ko var lietot ogļu pannas vietā.

1 m² var novietot ap 50 kg izstrādājumu, karot tos vienā stāvā. Kūpinātavas augstumu aprēķina, ņemot vērā, ka attālumam no kurtuves līdz produktiem jābūt ne mazākam par 1,25–1,5 m, bet attālumam starp stāviem jābūt 50–70 cm. Starp pēdējo stāvu un jumtu jābūt 25–35 cm lielam attālumam. Kameras apakšējā daļā tieši virs kurtuves nostiprina skārda plāksni ar daudziem caurumiņiem (0,5–1 cm diametrā), kas veicina dūmu vienmērīgu sadalīšanos pa visu kameru. Šim pašam nolūkam kalpo skārda plāksne – neīstie griesti kameras augšējā daļā.

Labi iekārtotā kūpinātavā gar griestu malām ierīko ārā izejošas renes, lai novadītu kondensācijas ūdeni, kas satek no dūmvada, ja ir liela starpība starp kameras un āra gaisa temperatūrām. Ieteicams kameras sienā ierīkot atveri termometram, lai varētu zināt, kāda temperatūra ir dūmiem. Tas ir svarīgi, ja zivis kūpina pēc karstā paņēmiena.

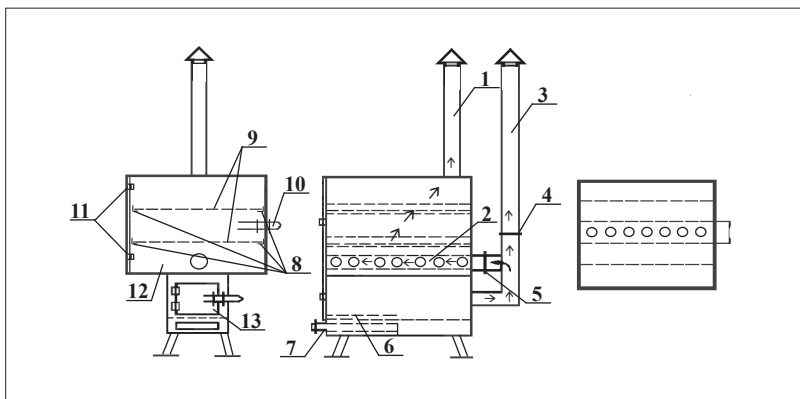
Var ierīkot arī tādu kūpinātavu, ko pārējā laikā var lietot kā kalti (6. att.).

Ar aizlaidņiem regulē dūmu daudzumu, kā arī liesmas karstumu, pēc vajadzības ievadot vairāk vai mazāk gaisa.

Tā ir izgatavota no 2 mm lokšņu tērauda, kājas no collīgās caurules, dūmvadu diametrs – 10 cm. Kūpinātavas kamera 50×50 cm liela, kurtuve 30 cm plata, 30 cm augsta un 50 cm gara, pelnu savācējs – 5 cm augsts. Kūpinātavas kamera var būt arī lielāka.

Lai kūpināšanas laikā dūmi izplūstu vienmērīgāk, dūmvadā no trīs pusēm izurbtas 25 mm atveres.

Kaltēšanai aizbīdņi 5 aizver, bet atver aizbīdņi 4. Dūmi aizplūst caur cauruli 3, neieplūstot žāvēšanas kamerā.



6. att. Kūpinātava–kalte:

- 1, 2, 3 – dūmvadi; 4, 5 – aizbīdņi; 6, 7 – pelnu savācēji; 8 – leņķi;
9 – stieņi; 10 – kūpināšanas kameras aizbīdņi; 11 – šarnīri;
12 – kūpināšanas kameras durvis; 13 – kurtuves durvis.

Kūpinātavu var izmantot arī dārzeni, augļu un sēņu kaltēšanai.

Lai produktus kūpinātu, rīkojas pretēji – aizver aizbīdni 4, bet atver aizbīdni 5. Dūmi plūst caur cauruli 2 (kurai izurbti urbumi sānos un augšā) un nonāk kūpināšanas kamerā, bet izplūst pa cauruli 1.

Kūpināšanas kamerā pie sienām piemetināti četri leņķi 8 (25×25 mm), uz kuriem liek stieņus ar āķiem kūpināmo produktu uzkarināšanai.

Ja nevēlaties, ka dārza ainavu bojā veca muca, kūpinātavu var apslēpt no citu acīm, apmūrējot ar ķieģeļiem, līdzīgi kā dārza grilu vai kamīnu. Var arī izbūvēt kombinētu ķieģeļu – metāla kūpinātavu. Galvenais nosacījums – dūmvada kamerai jābūt hermētiskai un aizveramai ar durvīm. Parasti iekura vietu un dūmvadu izmūrē ar ķieģeļiem, savukārt pašu kūpinātavu izgatavo no metāla. Princips ir līdzīgs kā mucas veida kūpinātavai.

Mūsdienās veikali piedāvā dažādas konstrukcijas mājas kūpinātavas – no vienkāršām un lētām līdz pat tehniski sarežģītām un dārgām.

Zivju kūpinātavās tiek izmantota arī gāze vai elektrība. Dūmu iegūšanai izmanto skaidas vai šķeldu.

Ja mazgabarīta kūpinātavās tiek kūpinātas lielākas zivis, kā zuši, līdakas, zandarti vai baltās zivis, tad tās jāsadala piemēroti kūpinātavas izmēram vai steiku gabalos. Ja zivs ir bieza, tad tā jāsadala arī gareniski, lai gabals ātrāk izsutinātos.

Ja zivs ir par lielu mazgabarīta kūpinātavai, tās var sadalīt vai sagriezt steiku gabalos. Jāievēro, lai zivs gabali nepieskartos kūpinātavas sienām. Pretējā gadījumā saskares vietās zivs pārogļosies un būs nebaudāma.

Malkas izvēlei ir īpaša nozīme. Parasti kūpināšanai izmanto sveķus nesaturošus lapu kokus – alksni, kļavu, dižskābardi un ozolu. Piemēroti ir arī augļu koki, kastaņas, papeles, kā arī osis un vītols. Bērza malka kūpināšanai nav piemērota, jo izdala pārāk daudz darvas. Ieteicams pievienot kādu kadiķa zaru ar visām ogām, tas zivīm piešķir īpašu, pikantu aromātu. Nevajadzētu izmantot skujukokus, tie rada kvēpus un satur terpentīnu, kas kaitē veselībai. Taču attiecībā uz malkas izvēli jāsaprot, ka arī te izšķirošā ir patērētāja gaume un garša. Malkai jābūt sausai, tā nedrīkst būt sēnīšu



Kūpinot zivis, blakus kūpinātavai vienmēr vajadzētu turēt smiltis, lai pēkšņa ugunsgrēka gadījumā to varētu ātri apdzēst. Nekādā gadījumā dzēšanai nedrīkst izmantot ūdeni, jo karsta ūdens tvaiki cilvēkam var radīt bīstamus ķermeņa apdegumus.

SATURA RĀDĪTĀJS

DĀRZEŅI UN SĒNES	7	DĀRZEŅU SKĀBĒŠANA	33
DĀRZEŅU UZGLABĀŠANA.....	12	Kāpostu skābēšana	33
DĀRZEŅU KONSERVĒŠANA, TĀS UZDEVUMI UN METODES	14	Pamatrecepte	33
Skābēšana	15	Ātrā skābēšana.....	35
Sāļošana.....	16	Skābēti kāposti slēgtās burkāās	35
Karsēšana	16	Skābēti kāposti ungāru gaumē	35
Marinēšana	19	Skābēti kāposti čehu gaumē.....	35
Dažādas marinādes.....	21	Diētiski skābēti kāposti.....	36
Saldēšana	22	Skābētas kāpostu pusītes ar bietēm	36
Kaltēšana	23	Skābēti kāposti ar bietēm un baziliku.....	37
Konservēšanas inventārs un konservu uzglabāšana	23	Skābēti kāposti ar brūklenēm un muskatriekstu	37
Konservēšanas kļūdas	24	Skābēti kāposti «Franču skūpstā».....	37
GARŠAUGI UN GARŠVIELAS	26	Skābēti kāposti ar kadiķogām.....	37
Garšaugu ievākšana, žāvēšana, uzglabāšana.....	27	Skābēti kāposti ar vīnu	37
Garšaugu sagatavošanas paraugi	29	Skābēti kāposti ar plūmēm.....	38
		Skābēti kāposti ar sēnēm poļu gaumē	38
		Skābēti kāposti ar dārzeņiem I.....	38
		Skābēti kāposti ar dārzeņiem II.....	38
		Skābēti kāposti ar augļiem.....	38
		Sarkano galviņkāpostu skābēšana.....	39
		Ziedkāpostu skābēšana	39
		Ar citronskābi skābēti ziedkāposti.....	40
		Gurķu skābēšana	40
		Mazsālīti gurķi	42
		Mazsālīti gurķi ar āboliem.....	42

Skābēti gurķi.....	42
Skābēti gurķi trīslitru burkāš I.....	42
Skābēti gurķi trīslitru burkāš II.....	43
Skābēti gurķi ar sinepēm I.....	43
Skābēti gurķi ar sinepēm II.....	43
Kraukšķīgi skābēti gurķi.....	43
Pasterizēti skābēti gurķi.....	44
Pikanti skābēti gurķi.....	44
Skābēti gurķi ar citronskābi.....	44
Skābēti gurķi ar spirtu I.....	45
Skābēti gurķi ar spirtu II.....	45
Jāņogu sulā skābēti gurķi.....	45
Skābēti gurķi ar jāņogām.....	45

Tomātu, kabaču u. c. dārzeņu

skābēšana.....	46
Skābēti tomāti.....	46
Skābēti zaļi (negatavi) tomāti I.....	46
Skābēti zaļi tomāti II.....	46
Skābēti fizāļi.....	47
Skābētas galda bietes.....	47
Skābēti cukini ar ķiplokiem.....	47
Skābēti kabači.....	48
Skābēti patisoni.....	48
Skābēti arbūzi.....	48
Mazsālīti arbūzi.....	48
Skābēti baklažāni.....	49
Pildīti skābēti baklažāni I.....	49
Pildīti skābēti baklažāni II.....	50
Pildīti skābēti baklažāni III.....	50
Skābētas saldās paprikas.....	50
Skābētas pildītas paprikas.....	51
Skābētas pupiņu pākstis.....	52
Skābēti kāļi.....	52
Skābēti burkāni.....	53
Sālīti dārzeni trīs krāsās ar etiķa piedevu.....	53
Skābēti dārzeņu asorti I.....	53
Skābēti dārzeņu asorti II.....	54
Skābēti dārzeņu asorti III.....	54

DĀRZEŅU SĀLĪŠANA..... 55

Sālīti garšaugi un dārzeni I.....	55
-----------------------------------	----

Sālīti garšaugi un dārzeni II.....	55
Sālīti garšaugi un dārzeni III.....	55
Sālīti garšaugi un dārzeni IV.....	56
Sālītas skābenes.....	56
Sālīti zaļumi.....	56
Svaigi sālīti gurķi.....	57
Sālīti gurķi sentēvu gaumē.....	57
Sālīti tomāti savā sulā.....	57
«Gardēžu» tomātiņi.....	57
Sālītas pupas.....	58
Sālīti garšaugi zupām.....	58

DĀRZEŅU ATDZESĒŠANA

UN SALDĒŠANA.....	59
-------------------	----

Dārzeņu saldēšanas

pamatnoteikumi.....	59
Saldēto produktu atkausēšana un lietošana.....	60
Saldētas pētersīļu un seleriju saknes.....	60
Saldēti gurķi.....	60
Saldēti puravi.....	60
Saldēti apcepti burkāni.....	61
Saldēti ziedkāposti.....	61
Saldēti zaļie zirņi.....	61
Saldētas pupiņu pākstis.....	61
Saldēti dārzeņu asorti.....	61

DĀRZEŅU KALTĒŠANA..... 62

Kaltēti kartupeļi.....	65
Kaltēti topinambūri.....	65
Kaltēti baltie galviņkāposti.....	66
Kaltēti burkāni.....	66
Kaltētas bietes.....	66
Kaltēti sīpoli.....	67
Kaltēta paprika.....	67
Kaltēti mārrutki.....	67
Kaltēti zirņi un pupiņas.....	67
Kaltēti rabarberi.....	68
Kaltēti ķirbji un kabači.....	68
Kaltēti fizāļi.....	68
Kaltētu ķiploku maisījums.....	68

DĀRZEŅU KONSERVĒŠANA HERMĒTISKI NOSLĒGTOS TRAUKOS	69	Sarkani tomāti sālsūdenī	83
Gurķu konservēšana	69	Tomāti ar baziliku un ķiplokiem ērķšķogu sulā	83
Marinēti gurķi I	69	Konservētas tomātu daiviņas	83
Marinēti gurķi II	70	Konservēti tomāti ar garšvielām savā sulā	84
Marinēti gurķi ar garšaugiem	70	Marinēti tomāti	84
Marinēti gurķi ar aronijām	71	Marinēti tomāti ar garšvielām	84
Marinēti gurķi ar citronskābi	71	Marinēti tomāti ar sinepēm	85
Marinēti gurķi ar mārrutkiem un melisu	71	Pikantie tomāti	85
Marinēti gurķi ar trīsreizēju pārļiešanu ...	72	Pasterizēti negatavi tomāti	85
Pēc senas receptes marinēti gurķi	72	Pasterizēti tomāti ar augu eļļu	85
Gurķi sinepēs	73	Tomāti savā sulā I	86
Gurķi sinepju marinādē	73	Tomāti sava sulā II	86
Gurķi kāpostu lapās	73	Tomāti ābolu sulā	86
Gurķi asajā marinādē	73	Tomāti jāņogu sulā	87
Kreftīgie gurķīši	74	Konservēti tomāti ar āboliem un bietēm	87
Piparu gurķīši	74	Tomāti «Šeherezādas sapnis»	87
Marinēti maigi gurķīši	74	«Kailie» tomāti	87
Gurķi savā sulā	75	Tomāti vācu gaumē	88
Jāņogu sulā pasterizēti gurķi	75	Tomāti žeļejā I	88
Gurķi tomātu sulā	75	Tomāti žeļejā II	88
Gurķi ar dillēm un citronu ķirbju sulā	75	Tomātu žeļēja (nedzidrā)	89
Marinētu gurķu, tomātu, saldās paprikas asorti	76	Tomāti un dārzeni žeļejā	89
Marinēti gurķi ar tomātiem I	76	Patisonu un kabaču konservēšana	89
Marinēti gurķi ar tomātiem II	76	Marinēti patisoni I	90
Konservēti gurķi un tomāti	77	Marinēti patisoni II	90
Marinēti gurķi ar tomātiem un patisoniem	77	Pasterizēti kabači ar garšvielām	91
Tomātu konservēšana	78	Kabači citronu marinādē	91
Tomātu sula	79	Kabači tomātu mērcē	91
Tomātu biezenis	80	Kabači ukraiņu gaumē	92
Tomātu biezsula francūžu gaumē	81	Kabači tomātu mērcē poļu gaumē	92
Tomātu un ābolu biezsula	81	Dzeltenie cukini	92
Tomātu un garšaugu biezenis	81	Cukini ar ķiplokiem	92
Tomātu mērce	81	Cukini tomātu mērcē	93
Asā tomātu mērce	82	Marinēti kabači ar papriku un sarkanajiem sīpoliem	93
Deserta tomāti	82	Konservēti kabači	93
		Kabači ar āboliem un burkāniem ābolu sulā	93

Kabaču un dārzeņu salāti tomātu mērcē.....	94
Ugunīgie kabači.....	94

Ziedkāpostu, paprikas u. c.

dārzeņu konservēšana	95
Ziedkāposti sālsūdenī.....	95
Pasterizēti ziedkāposti.....	95
Ziedkāposti tomātu sulā.....	95
Ziedkāposti un burkāni sinepju marinādē.....	95
Ziedkāposti tomātu un ķiploku mērcē.....	96
Ziedkāpostu un dārzeņu asorti	96
Ziedkāposti, dārza pupiņas un dārza zirņi marinādē.....	96
Marinēti ziedkāposti aukstā marinādē.....	97
Kāposti ar burkāniem un brūklenēm biešu sulā.....	97
Marinētas bietes	98
Kāposti ar pīlādžiem marinādē.....	98
Marinētas bietes ar upenēm (plūmēm)	98
Rožu kāposti sālsūdenī	98
Etiķī marinētas pupas	99
Pupiņas sālsūdenī.....	99
Pākšu pupiņas tomātu sulā.....	99
Pākšu pupiņas marinādē.....	99
Marinētas sviesta pupiņas.....	100
Bietes ar melnajām plūmēm ābolu sulā	100
Konservēta paprika.....	100
Paprika saldskābā marinādē.....	101
Paprika «Ēd ātri»	101
Marinēta paprika I.....	101
Marinēta paprika II.....	102
Saldā paprika ar medu.....	102
Marinēta paprika bez sāls	102
Paprika tomātu sulā.....	102
Paprikas tomātu sulā bulgāru gaumē.....	103
Paprikas tomātu sulā čehu gaumē.....	103

Paprikas ar sīpoliem tomātu biezsulā.....	103
Paprikas un tomāti savā sulā.....	103
Paprikas ābolu biezsulā poļu gaumē.....	104
Konservēti dārzeņi.....	104
Fizāļi ābolu sulā.....	104
Pasterizēti fizāļi	104
Dārzeņu asorti	105
Marinēti ķirbji	105
Ķirbju salāti	105
Marinēti kolrābji	106
Baklažāni tomātu sulā	106
Konservēti garšaugi.....	106

Rabarberu konservēšana.....

Konservēti rabarberi I	107
Konservēti rabarberi II	107
Rabarberu biezenis	108

Dārzeņu salātu konservēšana.....

Svaigu gurķu salāti	108
Burkānu un ābolu salāti.....	109
Biešu un ābolu salāti	110
Dārzeņi tomātu sulā.....	110
Dārzeņu salāti tomātu mērcē	110
Tomāti un gurķi savā sulā.....	110
Dārzeņi jāņogu sulā.....	111
Dārzeņu un augļu asorti	111
Skābētu kāpostu, ābolu un burkānu salāti	111
Zaļu tomātu un skābētu kāpostu salāti.....	112
Gudrības salāti.....	112
Veselības salāti	112
Salāti «Delikatese»	113
Ābolu un seleriju salāti	113
Dārzeņu salāti sālsūdenī	114
Dārzeņu asorti I.....	114
Dārzeņu asorti II.....	114
Dārzeņu asorti III.....	115
Dārzeņu asorti IV	115
Dārzeņu asorti V	116

Dārzeņu asorti VI	116	Pikantie dārzeņu salāti IV	127
Zaļu tomātu salāti	116	Ķirbju un pupiņu uzskoda	128
Redīsu salāti	116	Pupiņu salāti	128
Bulgāru salāti	117	Paprika ar ķiplokiem	128
Kāpostu un dzērveņu salāti	117	Salāti ar grūbām I	129
Kāpostu un paprikas salāti	117	Salāti ar grūbām II	129
Kāpostu un tomātu salāti	118	Tūrista brokastis ar rīsiem I	129
Kāpostu un biešu salāti	118	Tūrista brokastis ar rīsiem II	129
Rudens salāti	118	Salāti ar griķiem	130
Pākšu pupiņas ar dārzeņiem	118	Salāti «Ziemas karalis»	130
Paprikas un burkānu salāti	119	Tomātu un pākšu pupiņu salāti	130
Salāti «Zelta gredzens»	119	Gurķu un dārzeņu salāti	130
Papriku, burkānu un tomātu salāti ābolu sulā	119	Gurķu salāti gruzīnu gaumē	131
Gurķu salāti bez pasterizēšanas I	119	Viegli, saldi ziemas salāti no tomātiem	131
Gurķu salāti bez pasterizēšanas II	120	Salāti ar bietēm I	131
Baklažānu salāti	120	Salāti ar bietēm II	132
Biešu un ābolu salāti	120	Zaļu tomātu salāti I	132
Biešu uzskoda	121	Zaļu tomātu salāti II	132
Biešu un dārzeņu salāti	121	Zaļu tomātu salāti III	132
Biešu salāti ar ķiplokiem	121	Zaļu tomātu salāti IV	133
Biešu salāti ar rozīnēm	121	Ķirbju čatnijs	133
Salāti «Sievasmātes mēle»	122	Pildīti dārzeņi	133
Kabaču un citu dārzeņu salāti I	122	Pildīti baklažāni marinādē	133
Kabaču un citu dārzeņu salāti II	122	Pildīti baklažāni ar kinzu un piparmētrām	134
Cukini uzskoda	122	Ar zaļumiem pildīti baklažāni	134
Cukini ar tomātu marinādi	123	Ar saknēm un zaļumiem pildīti baklažāni	134
Cukini un tomātu salāti	123	Pildīti baklažāni tomātu sulā	135
Baklažānu uzskoda	123	Pildīti tomāti I	135
Baklažāni ar «noslēpumu»	124	Pildīti tomāti II	136
Pupiņas ar baklažāniem tomātu mērcē	124	Pildīti tomāti III	136
Salāti ar pastinakiem	124	Pildītas paprikas I	136
Ziedkāposti tomātu sulā	124	Pildītas paprikas II	137
Marinēta paprika tomātu sulā	125	Pildītas paprikas III	137
Asorti salāti I	125	Pildītas paprikas IV	137
Asorti salāti II	125	Pildīti patisoni	138
Asorti salāti III	126	Dārzeņu kaviārs	138
Salāti «Gardums»	126	Dārzeņu kaviārs	138
Pikantie dārzeņu salāti I	126	Dārzeņu kaviārs ar saldo papriku I	139
Pikantie dārzeņu salāti II	127		
Pikantie dārzeņu salāti III	127		

Dārzeņu kaviārs ar saldo papriku II	139	Konservētas skābenes, spināti un dilles.....	149
Dārzeņu kaviārs ar galviņkāpostiem.....	139	Dārzeņu soļanka.....	149
Dārzeņu kaviārs ar pastinakiem un riekstiem.....	139	Soļanka ar sēnēm.....	150
Baklažānu kaviārs ar āboliem	140	Kāpostu soļanka.....	150
Baklažānu kaviārs ar burkāniem	140	Sēņu soļanka.....	150
Baklažānu kaviārs ar kabačiem.....	140	Konservēti dārzeņi aukstajai zupai	150
Baklažānu kaviārs ar ķirbi.....	140	Piedeva zupai I	151
Baklažānu kaviārs ar saldo papriku I.....	141	Piedeva zupai II	151
Baklažānu kaviārs ar saldo papriku II	141	Piedeva zupai III	151
Baklažānu kaviārs ar saldo papriku III.....	141	Piedeva zupai no pāraugušiem gurķiem.....	152
Baklažānu kaviārs ar pupiņām	142	Zupas konservi	152
Biešu kaviārs I.....	142	Skābēts dārzeņu maisījums zupām	152
Biešu kaviārs II.....	142		
Biešu kaviārs III.....	142	DĀRZEŅU KONSERVĒŠANA AR CUKURU	153
Biešu kaviārs IV	143		
Burkānu un sīpolu kaviārs.....	143	Ievārījumi, želejas	153
Kabaču kaviārs	143	Arbūzu un dzērveņu ievārījums.....	153
Kabaču kaviārs ar majonēzi	144	Zaļu tomātu ievārījums I	153
Ķirbju, pupiņu un ābolu kaviārs.....	144	Zaļu tomātu ievārījums II	154
Patisonu kaviārs.....	144	Zaļu tomātu un dzērveņu ievārījums.....	154
Tomātu un burkānu kaviārs I.....	145	Zaļi tomāti cukursīrupā.....	154
Tomātu un burkānu kaviārs II.....	145	Gatavu tomātu ievārījums.....	155
Tomātu un gurķu kaviārs	145	Burkānu ievārījums	155
Zaļu tomātu kaviārs	145	Burkānu ievārījums ar smiltsērķšķu sulu	155
Dārzeņu konservēšana zupām	146	Burkānu un ābolu ievārījums ar smiltsērķšķu sulu	155
Sālīta dārzeņu piedeva zupām.....	146	Burkānu ievārījums ar ērķšķogām	155
Sālīti gurķi	146	Ķirbju ievārījums I	156
Konservēti dārzeņi borščam I.....	146	Ķirbju ievārījums II	156
Konservēti dārzeņi borščam II.....	146	Ķirbju ievārījums ar āboliem.....	156
Konservēti dārzeņi borščam III.....	147	Ķirbju ievārījums ar bumbieriem.....	156
Bietes zupai	147	Ķirbju ievārījums ar brūklenēm.....	157
Konservēti dārzeņi zaļumu zupai	147	Ķirbju un žāvētu aprikožu ievārījums.....	157
Konservēta skābēto gurķu zupa (Rasoļņiks)	148	Ķirbju ievārījums ar dzērvenēm.....	157
Konservētas galda biešu lapas	148		
Konservētas skābenes	148		

Ķirbju medus	157	Kabaču kompots ar smiltsērķšķiem	166
Ķirbju biezenis ar apelsīnu aromātu	158	Kabaču, ķirbju un cidoniju kompots	166
Ķirbju biezenis ar irbenāja augļiem	158	Kabaču un Kaukāza plūmju kompots	166
Kabaču ievārījums	158	Ķirbju kompots	166
Graudainais kabaču ievārījums	158	Ķirbji savā sulā	167
Cukini ievārījums	158	Ķirbju un cidoniju salāti I	167
Cukini ievārījums ar āboliem un cidonijām	159	Ķirbju un cidoniju salāti II	167
Patisonu un Kaukāza plūmju ievārījums	159	Ķirbji ābolu sulā	167
Rabarberu ievārījums I	159	Marinēti ķirbji	167
Rabarberu ievārījums II	159	Rabarberu kompots I	168
Rabarberu ievārījums III	159	Rabarberu kompots II	168
Rabarberu ievārījums IV	159	Rabarberu kompots III	168
Rabarberu ievārījums V	160	Tomātu kompots	168
Rabarberu un banānu ievārījums	160	Meloņu kompots	168
Rabarberu žeļeja	160	Arbūzs «Sārtās šķēles»	169
Rabarberu un jāņogu žeļeja	160	Ar vīnogām pildīta saldā paprika	169
Fizāļu ievārījums	161	Kārtainais kompots	169
Arbūzu ievārījums	161	Sīrupi	170
Meloņu ievārījums I	161	Rabarberu sīrups	170
Meloņu ievārījums II	161	Cukurbiešu sīrups	170
Meloņu ievārījums III	162	Sukādes	170
Meloņu ievārījums ar augļiem	162	Ķirbju sukādes	171
Marmelādes, povidlas, džemi	162	Tomātu sukādes	171
Tomātu marmelāde	162	Arbūzu mizu sukādes	171
Ķirbju marmelāde	163	Meloņu sukādes	172
Ķirbju un tomātu marmelāde	163	Rabarberu sukādes	172
Ķirbju un ābolu povidla	163	SĒŅU SAGATAVOŠANA ZIEMAI	173
Burkānu marmelāde	163	Sēņu sāļšana	173
Rabarberu marmelāde I	163	Ar garšaugiem sāļtas sēnes	174
Rabarberu marmelāde II	164	Rudmiešu sāļšana	174
Rabarberu džems ar banāniem	164	Vārītu rudmiešu sāļšana	175
Meloņu marmelāde	164	Krimilžu sāļšana	175
Meloņu džems	164	Vilnišu sāļšana	175
Arbūzu džems	165	Gaiļu sāļšana	175
Arbūzu un meloņu džems	165	Bērslapju sāļšana	176
Arbūzu medus	165	Baraviku sāļšana	176
Kompoti	165		
Kabaču kompots	165		

Sēņu skābēšana	176	AUGĻI UN OGAS	189
Skābētas sēnes	176	AUGĻU UN OGU NOVĀKŠANA	193
Skābētas gailenes	177		
Sēņu marinēšana	177	AUGĻU UN OGU PĀRSTRĀDES	
Marinādē vārītas sēnes.....	177	VEIDI	197
Ar marinādi pārlietas sēnes.....	178	Ievārījumi	197
Marinētas rudmieses I	178	Džemi	198
Marinētas rudmieses II	178	Biezeņi	198
Marinētas gailenes I	178	Povidlas	199
Marinētas gailenes II.....	179	Marmelādes	200
Marinētas atmatenes	179	Želejas	201
Marinēti šampinjoni	179	Augļu medus	202
Marinētas baravikas I.....	179	Sulas	203
Marinētas baravikas II.....	180		
Marinētas baravikas III.....	180	Augļi un ogas sulu	
Marinētas sviesta bekas	180	iegūšanai	203
Konservētas novārītas sēnes I.....	180	Sulu iegūšana	204
Konservētas novārītas sēnes II.....	181	Sīrupi	206
Sterilizētas baravikas vai ķervelji.....	181	Kompoti	206
Sterilizēti šampinjoni.....	181	Marinēšana	209
Sterilizētas gailenes.....	181	Kokteiļi	210
Sterilizētas rudmieses	182	Mājas liķieri	211
Sterilizētas bērslāpes.....	182	Augļu liķieris (izvilkums).....	211
Sēņu kaviārs I	182	Sukādes	212
Sēņu kaviārs II	182	Svaigu ogu biezeņi	212
Sēņu kaviārs III	183	Kaltēšana	213
Gailēņu kaviārs	183	Atdzesēšana un saldēšana	214
Svaigas baravikas cepšanai	183		
Sautētas sēnes	183		
Konservētas sēnes ar tomātiem.....	184		
Sēnes tomātu biezenī I	184		
Sēnes tomātu biezenī II	184		
Sēnes eļļā	185		
Ceptas sēnes konservos	185		
Ceptas baravikas rīvmaizē	186		
Šampinjoni sviestā.....	186		
Baravikas sviestā	186		
Sēņu kaltēšana	186		

ĀBOLI.....	215	Ābolu zefirs	228
Ābolu ievārījums	215	Marinēti āboli	228
Paradīzes ābolu ievārījums.....	215	Āboli tomātu sulā.....	229
Trīskrāsu ievārījums	216	Kaltēti āboli	229
Ābolu un dzērveņu ievārījums	216	Kaltēti āboli ar cukuru.....	230
Ābolu biezenis	216	Mērcēti āboli ar ķiršiem	230
Ābolu biezenis ar iebiezināto pienu	217	Mērcēti āboli ar medu un raudeni.....	230
Ābolu un ķirbju biezenis	217	Mērcēti āboli ar pīlādziem	231
Ābolu biezenis no ceptiem āboliem	217	Mērcēti āboli ar upenēm.....	231
Ābolu džems.....	217	APELSĪNI	232
Ābolu un aroniju džems	218	Apelsīnu ievārījums I.....	232
Ābolu, brūkleņu un bumbieru džems	218	Apelsīnu ievārījums II.....	232
Ābolu un dzērveņu džems.....	218	Apelsīnu un plūmju ievārījums	232
Ābolu un pīlādžu džems	219	Apelsīnu un banānu ievārījums	232
Ābolu džems ar karameli.....	219	Apelsīnu un mandaīnu mizu ievārījums	233
Ābolu marmelāde I	220	Apelsīnu mizas ar cukuru	233
Ābolu marmelāde II	220	Apelsīnu mizu sukādes	233
Ābolu marmelāde no ceptiem āboliem	220	Apelsīnu sula	233
Ābolu marmelāde no rīvētiem āboliem	220	Apelsīnu mizu sīrups	234
Kārtainā ābolu marmelāde	220	APRIKOZES	235
Jaukta ābolu marmelāde	221	Aprikožu ievārījums I	235
Dzeltenā marmelāde	221	Aprikožu ievārījums II	235
Ābolu, bumbieru un plūmju marmelāde	221	Aprikožu ievārījums III	235
Ābolu un ķirbju marmelāde	222	Aprikožu un ābolu ievārījums	236
Ābolu žeļeja	222	Aprikožu un upeņu ievārījums.....	236
Ābolu siers.....	222	Aprikožu biezenis	236
Ābolu povidla.....	223	Aprikozes ābolu biezenī	236
Ābolu kompots	223	Aprikožu un ābolu biezenis	236
Paradīzes ābolu kompots.....	225	Aprikožu un plūmju biezenis	237
Ābolu kokteilis	225	Aprikožu džems.....	237
Ābolu sula.....	225	Aprikožu un ērkšķogu džems.....	237
Āboli savā sulā.....	226	Aprikožu un plūmju džems.....	237
Āboli ar medu	226	Aprikožu marmelāde	238
Ābolu sīrups.....	227	Aprikožu un ābolu marmelāde.....	238
Ābolu «skaidiņas»	227	Aprikožu un burkānu marmelāde.....	238
Ābolu sukādes	227	Aprikožu kompots	238
Ābolu pastila	228	Aprikožu un ķiršu kompots.....	239
		Asorti kompots ar aprikozēm	239

Aprikozes savā sulā.....	239	Aveņu un balto jāņogu žeļeja.....	249
Aprikožu biezsula bez cukura	239	Meža aveņu un jāņogu žeļeja.....	249
Aprikožu biezsula ar cukuru.....	239	Meža aveņu un ābolu	
Aprikožu sīrups.....	240	mizu žeļeja	249
Aprikožu sukādes I	240	Meža aveņu povidla.....	250
Aprikožu sukādes II	240	Aveņu kompots I.....	250
Kaltētas aprikozes	240	Aveņu kompots (bez cukura) II	250
Saldētas aprikozes	241	Aveņu kompots III.....	250
Aprikožu mērce	241	Aveņu kompots	
		(bez pasterizācijas) IV.....	251
ARONIJAS	242	Aveņu kompots V	251
		Meža aveņu un aroniju kompots.....	251
Aroniju ievārījums	242	Avenes savā sulā.....	251
Aroniju un ābolu ievārījums.....	242	Aveņu sula	251
Aroniju un bumbieru ievārījums	242	Meža aveņu sula.....	252
Aroniju biezenis	243	Aveņu sīrups	252
Aronijas ar cukuru	243	Aveņu dzēriens	252
Nevārīts aroniju džems.....	243	Aveņu kokteilis.....	252
Aroniju un cidoniju džems.....	243	Meža aveņu pastila.....	252
Aroniju kompots	243	Aveņu ledenes	253
Aroniju sula.....	244	Kaltētas avenas	253
Aroniju sīrups.....	244	Saldētas avenas	253
Aroniju dzēriens ar ķiršu lapām.....	244		
Aroniju sukādes.....	245	BĀRBELES	254
“Rozīnes” no aronijām.....	245		
Marinētas aronijas	245	Bārbeļu ievārījums I	254
AVENES	246	Bārbeļu ievārījums II	254
		Bārbeļu ievārījums III	254
Aveņu ievārījums I.....	246	Bārbeļu ievārījums IV.....	254
Aveņu ievārījums II.....	246	Bārbeļu biezenis	255
Aveņu ievārījums III.....	246	Bārbeļu džems.....	255
Aveņu ievārījums IV	246	Bārbeļu un ābolu (bumbieru)	
Nevārīts aveņu ievārījums.....	247	džems	255
Aveņu un jāņogu ievārījums	247	Bārbeļu marmelāde	255
Meža aveņu ievārījums	247	Bārbeļu un burkānu marmelāde	255
Meža aveņu un zīleņu ievārījums	247	Bārbeļu un ābolu marmelāde.....	255
Meža avenas ar cukuru	248	Bārbeļu žeļeja I	256
Caurberztas meža avenas		Bārbeļu žeļeja II	256
ar cukuru	248	Bārbeļu povidla.....	256
Aveņu džems I	248	Bārbeļu kompots	256
Aveņu džems II	248	Bārbeļu kompots bez cukura	256
Aveņu un ērkšķogu marmelāde	248	Bārbeļu un bumbieru kompots	257
Aveņu žeļeja.....	249	Bārbeļu un ābolu kompots.....	257
		Bārbeļu sula I	257

Bārbeļu sula II.....	257	Brūkleņu kompots V.....	266
Bārbeļu un dārza zemeņu sula	257	Brūkleņu, ābolu un bumbieru	
Bārbeļu sīrups I.....	258	kompots.....	266
Bārbeļu sīrups II.....	258	Brūkleņu un ābolu piedeva I	267
Bārbeļu dzēriens.....	258	Brūkleņu un ābolu piedeva II	267
Bārbeļu pastila.....	258	Brūklenes savā sulā I.....	267
Bārbeles ar cukuru	259	Brūklenes savā sulā II.....	267
Kaltētas bārbeles	259	Brūklenes sava sulā III.....	268
Sālītas bārbeles	259	Brūklenes savā sulā IV	268
Marinētas bārbeles	259	Brūklenes savā sulā V	268
BRŪKLENES.....	260	Brūklenes savā sulā ar āboliem	268
Brūkleņu ievārījums bez cukura	260	Brūklenes savā sulā ar plūmēm	269
Brūkleņu ievārījums I	260	Caurberztas brūklenes	
Brūkleņu ievārījums II	260	ar cukuru I.....	269
Brūkleņu un ābolu ievārījums.....	260	Caurberztas brūklenes	
Brūkleņu ievārījums ar plūmēm I.....	261	ar cukuru II.....	269
Brūkleņu ievārījums ar plūmēm II.....	261	Caurberztas brūklenes	
Brūkleņu un bumbieru		ar cukuru III.....	269
ievārījums I.....	261	Svaigas brūklenes ar cukuru.....	269
Brūkleņu un bumbieru		Brūkleņu sula I.....	270
ievārījums II.....	262	Brūkleņu sula II.....	270
Brūkleņu un burkānu ievārījums	262	Brūkleņu un ābolu sula	270
Nevārītas brūklenes ar cukuru	262	Brūkleņu un biešu sula.....	270
Brūkleņu biezenis	262	Brūkleņu sula ar garšvielām	270
Brūkleņu džems.....	263	Brūkleņu sīrups.....	270
Brūkleņu un plūmju džems	263	Brūkleņu pastila.....	271
Brūkleņu, ābolu un bumbieru		Marinētas brūklenes	271
džems	263	Marinētas brūklenes ar mārrutkiem ..	272
Brūkleņu un ābolu džems	263	Marinētas brūklenes ar āboliem	271
Brūkleņu, burkānu vai cukurbiešu		Mērcētas brūklenes	272
džems	264	BUMBIERI	273
Brūkleņu marmelāde	264	Bumbieru ievārījums.....	273
Brūkleņu un ābolu marmelāde.....	264	Bumbieru ievārījums	
Brūkleņu želeja I	264	ar piparmētrām	273
Brūkleņu želeja II	265	Bumbieru biezenis bez cukuru.....	273
Brūkleņu povidla.....	265	Bumbieru biezenis ar cukura	274
Brūkleņu un melleņu povidla I.....	265	Bumbieru džems	274
Brūkleņu un melleņu povidla II.....	265	Bumbieru marmelāde.....	274
Brūkleņu kompots I	265	Bumbieru želeja.....	274
Brūkleņu kompots II	266	Bumbieru un ābolu želeja	275
Brūkleņu kompots III	266	Bumbieru kompots.....	275
Brūkleņu kompots IV	266	Bumbieri sava sulā	276

Bumbieru sula.....	276	Dzērveņu marmelāde	287
Bumbieru sukādes I.....	276	Dzērveņu želeja I	287
Bumbieru sukādes II.....	276	Dzērveņu želeja II	287
Marinēti bumbieri I.....	277	Dzērveņu želeja III	287
Marinēti bumbieri II.....	278	Dzērveņu kompots	288
Skābēti bumbieri ar brūklenēm.....	278	Dzērveņu kvass	288
Kaltēti bumbieri.....	278	Dzērveņu un piparmētru kvass	288
Kaltētas bumbieru mizas tējai	278	Dzērveņu sula I.....	288
CIDONIJAS	279	Dzērveņu sula II	289
Cidoniju ievārījums I	279	Dzērveņu sula III	289
Cidoniju ievārījums II	279	Dzērveņu un ābolu sula	290
Cidoniju biezenis	279	Dzērveņu sīrups I.....	290
Cidoniju želeja	279	Dzērveņu sīrups II.....	290
Cidoniju džems I.....	280	Sterilizētas dzērvenes.....	290
Cidoniju džems II.....	280	Mērcētas dzērvenes I	290
Cidoniju kompots	280	Mērcētas dzērvenes II	291
Cidoniju sula.....	281	Caurberztas dzērvenes I.....	291
Cidoniju sīrups.....	281	Caurberztas dzērvenes II.....	291
Cidonijas ar cukuru	282	Dzērvenes, pārlietas ar karstu	
Cidoniju sukādes.....	282	ūdeni	292
Cidoniju un ķirbju sukādes.....	282	Dzērvenes cukurā I.....	292
Apkaltētas cidonijas ar cukuru	282	Dzērvenes cukurā II.....	292
CITRONI.....	283	Dzērveņu morss.....	292
Citronu ievārījums I.....	283	Dzērvenes savā sulā.....	292
Citronu ievārījums II.....	283	Dzērveņu dzēriens.....	293
Citronu kokteilis	284	Saldētas dzērvenes	293
Citrona sula ar cukuru	284	Kaltētas dzērvenes	293
Citronu mizu sukādes.....	284	ĒRKŠKOĞAS	294
DZĒRVENES	285	Ērkšķogu ievārījums I	294
Dzērveņu ievārījums	285	Ērkšķogu ievārījums II	294
Dzērveņu ievārījums ar medu	285	Ērkšķogu ievārījums III	294
Dzērveņu un ābolu ievārījums I.....	285	Ērkšķogu un aveņu ievārījums	295
Dzērveņu un ābolu ievārījums II.....	286	Ērkšķogu un valriekstu	
Dzērveņu un brūkleņu ievārījums.....	286	ievārījums I.....	295
Dzērveņu un riekstu ievārījums	286	Ērkšķogu un valriekstu	
Dzērveņu biezenis	286	ievārījums II	295
Dzērveņu džems I.....	286	Ērkšķogu ievārījums ar ķiršu	
Dzērveņu džems II.....	287	lapām	295
		Ērkšķogu biezenis	295
		Ērkšķogu un kivi džems	296
		Ērkšķogu un zemeņu džems.....	296
		Ērkšķogu marmelāde I	296

Ērkšķogu marmelāde II	296	Kazeņu kompots I.....	306
Ērkšķogu želeja (nedzidra) I.....	297	Kazeņu kompots II.....	307
Ērkšķogu želeja (nedzidra) II.....	297	Kazeņu kompots III	307
Ērkšķogu kompots I	297	Kazeņu sula	307
Ērkšķogu kompots II	298	Kazeņu sīrups	307
Ērkšķogas savā sulā.....	298	Kazeņu pastila	307
Asorti kompots.....	298	Kaltētas kazenes.....	308
Marinētas ērkšķogas I	298	Saldētas kazenes I	308
Marinētas ērkšķogas II	299	Saldētas kazenes II.....	308
Marinētas ērkšķogas ar ķiršu lapām	299	Saldētas kazenes III.....	308
JĀŅOGAS	300	KORINTES	309
Jāņogu ievārījums	300	Korinšu ievārījums	309
Svaigu jāņogu biezenis	300	Korinšu biezenis	309
Jāņogu marmelāde I	300	Korinšu džems.....	309
Jāņogu marmelāde II.....	300	Korinšu marmelāde	309
Jāņogu želeja	301	Korinšu želeja ar upenēm vai jāņogām	310
Asorti želeja	301	Korinšu kompots	310
Jāņogu kompots I.....	301	Korinšu kompots bez cukura	310
Jāņogu kompots II.....	301	Korinšu kompots ar citronu	310
Jāņogu kompots III.....	302	Korinšu kompots ar jāņogu sulu	310
Jāņogu sula	302	Korinšu un upeņu kompots.....	310
Jāņogu sīrups	302	Korinšu sula	311
Jāņogu, upeņu sukādes.....	302	Korinšu un upeņu sula	311
Marinētas jāņogas I	303	Korinšu un ābolu sula.....	311
Marinētas jāņogas II	303	Korinšu sīrups.....	311
Marinētas jāņogas III	303	Kaltētas korintes	311
KAZENES	304	ĶIRŠI	312
Kazeņu ievārījums I.....	304	Ķiršu ievārījums	312
Kazeņu ievārījums II.....	304	Ķiršu ievārījums ar kauliņiem.....	312
Kazenes savā sulā.....	304	Ķiršu un apelsīnu ievārījums	312
Kazeņu biezenis	304	Saldo ķiršu ievārījums I	313
Kazeņu džems I.....	305	Saldo ķiršu ievārījums II.....	313
Kazeņu džems II	305	Saldo ķiršu un ābolu ievārījums ar mandelēm.....	313
Kazeņu un ābolu džems.....	305	Skābo un saldo ķiršu džems.....	313
Kazeņu un burkānu džems	305	Ķiršu un meloņu džems.....	313
Kazeņu un ābolu marmelāde	306	Ķiršu marmelāde	314
Kazeņu želeja I.....	306	Dzelteno ķiršu marmelāde	314
Kazeņu želeja II.....	306	Ķiršu un jāņogu želeja	314
Kazeņu povidla	306		

Ķiršu, jāņogu un aveņu žeļa.....	314	MELLENES	325
Ķiršu kompoti.....	315	Melleņu ievārījums I.....	325
Ķiršu komposts.....	315	Melleņu ievārījums II.....	325
Skābo un saldo ķiršu kompots	315	Melleņu biezenis.....	325
Ķiršu komposts ar aprikozēm	315	Melleņu džems I	325
Jauktu augļu komposts	316	Melleņu džems II.....	326
Ķiršu kokteilis.....	316	Melleņu džems III.....	326
Ķiršu sula	317	Melleņu džems dzērveņu sulā.....	326
Ķiršu sula bez cukura	317	Melleņu marmelāde.....	326
Ķiršu sula ar cukuru.....	317	Melleņu žeļa.....	327
Ķiršu sīrups	317	Melleņu un ābolu žeļa	327
Ķiršu lapu sīrups.....	318	Melleņu povidla	327
Ķirši savā sulā I.....	318	Melleņu un ābolu povidla	327
Ķirši savā sulā II	318	Mellenes ar cukuru	327
Ķiršu sukādes	318	Sasmalcinātas mellenes ar cukuru I.....	327
Ķirši šokolādē	319	Sasmalcinātas mellenes ar cukuru II.....	328
Ķirši glazūrā	319	Sasmalcinātas mellenes cukursīrupā	328
Kaltēti ķirši I.....	319	Melleņu komposts I.....	328
Marinēti ķirši I.....	319	Melleņu komposts II	328
Marinēti ķirši II.....	320	Melleņu komposts III	328
Savā sulā marinēti ķirši.....	320	Melleņu komposts IV.....	329
Ķiršu izspaidu izlietošana	320	Melleņu komposts V.....	329
LĀCENES.....	321	Mellenes sava sulā I	329
Lāceņu ievārījums I.....	321	Mellenes savā sulā II	329
Lāceņu ievārījums II.....	321	Melleņu sula I.....	329
Lāceņu ievārījums ar vīnogu sulu	321	Melleņu sula II.....	330
Lāceņu biezenis	321	Melleņu sula III.....	330
Lāceņu džems	322	Melleņu sula IV	330
Lāceņu marmelāde I.....	322	Melleņu sīrups I	330
Lāceņu marmelāde II.....	322	Melleņu sīrups II	330
Lāceņu žeļa.....	322	Melleņu sīrups III.....	331
Lāceņu komposts I.....	322	Marinētas mellenes I.....	331
Lāceņu komposts II.....	323	Marinētas mellenes II.....	331
Lācenes bez cukura	323	Kaltētas mellenes I.....	331
Lāceņu sula	323	Kaltētas mellenes II.....	331
Lāceņu sīrups	323	Saldētas mellenes I	332
Lāceņu un ābolu pastila	323	Saldētas mellenes II	332
Lācenes ar cukuru.....	324	PERSIKI	333
Mērcētas lācenes.....	324	Persiku ievārījums.....	333

Persiku džems	333	Pilādžu un ābolu sula	342
Persiku marmelāde.....	333	Pilādžu sīrups	343
Persiku kompots.....	333	Pilādžu sukādes I	343
Asorti kompots.....	334	Pilādžu sukādes II.....	343
Persiku un meloņu mērce	334	Pilādžu pastila I.....	343
PILĀDŽI.....	335	Pilādžu pastila II.....	344
Pilādžu ievārījums I.....	335	Pilādžu un ābolu pastila	344
Pilādžu ievārījums II.....	335	Pilādžu smokva	344
Pilādžu ievārījums III.....	335	Pilādži cukursīrupā	345
Pilādžu ievārījums IV.....	336	Pilādži ar cukuru I	345
Pilādžu un ābolu vai bumbieru		Pilādži ar cukuru II	345
ievārījums I.....	336	Pilādži savā sulā	345
Pilādžu un ābolu vai bumbieru		Sasmalcināti pilādži cukursīrupā.....	346
ievārījums II.....	336	Mērcēti pilādži.....	346
Pilādžu ievārījums ar medu I	336	Marinēti pilādži.....	346
Pilādžu ievārījums ar medu II	336	Pilādži cukurā	346
Pilādžu džems I	337	Kaltēti pilādži.....	347
Pilādžu džems II	337	PLŪMES.....	348
Pilādžu un ābolu džems I.....	337	Plūmju ievārījums I	348
Pilādžu un ābolu džems II	337	Plūmju ievārījums II.....	348
Pilādžu un meloņu džems	337	Plūmju biezenis	348
Pilādžu asorti džems I	338	Kaukāza plūmju biezenis.....	349
Pilādžu asorti džems II	338	Plūmju un ābolu biezenis	349
Pilādžu marmelāde I.....	338	Dzelteno plūmju biezenis	
Pilādžu marmelāde II.....	338	ar cukuru	349
Pilādžu un ābolu marmelāde I	339	Zilo plūmju biezenis.....	349
Pilādžu un ābolu marmelāde II.....	339	Plūmju džems	350
Pilādžu un aroniju ogu		Plūmju marmelāde I	350
marmelāde.....	339	Plūmju marmelāde II	350
Pilādžu žeļa I	339	Dzelteno plūmju marmelāde I	350
Pilādžu žeļa II	340	Dzelteno plūmju marmelāde II	351
Pilādžu povidla I	340	Zilo plūmju marmelāde.....	351
Pilādžu povidla II	340	Plūmju žeļa I.....	351
Pilādžu kompots I	340	Plūmju žeļa II.....	351
Pilādžu kompots II	340	Plūmju povidla	351
Pilādžu kompots III	341	Plūmju kompots.....	352
Pilādžu un ābolu kompots.....	341	Konservētas plūmes I	352
Pilādžu sula I.....	341	Konservētas plūmes II	352
Pilādžu sula II.....	341	Plūmju kompots bez cukura.....	353
Pilādžu sula III.....	342	Plūmju kompots ar trīskārtēju	
Pilādžu biezsula I.....	342	pārliešanu	353
Pilādžu biezsula II	342	Kaukāza plūmju kompots.....	353

Kaukāza plūmju un aprikožu kompots	353	Smiltsērķšķu pastila.....	362
Plūmju sula	353	Smiltsērķšķu eļļa.....	362
Plūmes etiķa sīrupā (zilās).....	354	UPENES.....	363
Marinētas plūmes I	354	Upeņu ievārījums I.....	363
Marinētas plūmes II	354	Upeņu ievārījums II.....	363
Marinētas plūmes III	354	Upeņu ievārījums III.....	363
Mērcētas plūmes	355	Upeņu marmelāde.....	363
Plūmju sukādes I	355	Upeņu želeja I.....	364
Plūmju sukādes II	355	Upeņu želeja II.....	364
Kaltētas plūmes	356	Upeņu želeja III.....	364
Kaltētas plūmes šokolādē	356	Upeņu kompots I.....	364
ĒDAMĀIS SAUSSERDIS.....	357	Upeņu kompots II.....	364
Ēdamā sausserža ogu ievārījums.....	357	Upeņu kompots bez cukura.....	365
Ēdamā sausserža biezenis.....	357	Svaigas upenes ar cukuru.....	365
Ēdamā sausserža ogu džems.....	357	Upeņu sīrups	365
Ēdamā sausserža ogu kompots	358	Marinētas upenes I	365
Ēdamā sausserža ogu sula.....	358	Marinētas upenes II	366
Ēdamā sausserža ogu pastila	358	Kaltētas upenes	366
Ēdamā sausserža ogas cukurā.....	358	Saldētas upenes.....	366
Ēdamā sausserža ogas ar cukuru.....	358	Upenes pūdercukurā.....	366
SMILTSĒRKŠĶI.....	359	VĪNOGAS.....	367
Nevārīts smiltsērķšķu ievārījums	359	Vīnogu ievārījums	367
Smiltsērķšķi cukurā	359	Negatavu vīnogu marmelāde	367
Smiltsērķšķu ievārījums.....	359	Vīnogu želeja	367
Smiltsērķšķu biezenis.....	359	Vīnogu kompots I	367
Smiltsērķšķu un ābolu biezenis.....	360	Vīnogu kompots II	368
Smiltsērķšķu un vilkābeļu biezenis.....	360	Marinētas vīnogas	368
Smiltsērķšķu džems	360	ZEMENES	369
Smiltsērķšķu un ābolu marmelāde.....	360	Zemeņu ievārījums I	369
Smiltsērķšķu želeja.....	360	Zemeņu ievārījums II	369
Smiltsērķšķu povidla	361	Zemeņu ievārījums III	369
Smiltsērķšķu kompots	361	Zemeņu ievārījums IV	370
Smiltsērķšķu, ābolu un bumbieru kompots	361	Meža zemeņu ievārījums I.....	370
Smiltsērķšķu sula.....	361	Meža zemeņu ievārījums II.....	370
Smiltsērķšķu sīrups	362	Meža zemeņu ievārījums III	370
		Meža zemeņu ievārījums IV.....	370
		Sausais zemeņu ievārījums.....	371
		Zemeņu un rabarberu ievārījums	371

Zemeņu un jāņogu ievārījums I.....	371	Zemeņu kompots III.....	380
Zemeņu un jāņogu ievārījums II.....	371	Zemeņu kompots IV.....	380
Zemeņu, jāņogu un upeņu ievārījums.....	372	Zemeņu kompots bez cukura.....	380
Ķeizara ievārījums.....	372	Zemeņu un ābolu kompots.....	380
Meža zemesenes poļu gaumē.....	372	Zemeņu un ērkšķogu kompots.....	381
Asorti ievārījums no meža ogām.....	372	Zemeņu kompots ar jāņogu sulu I.....	381
Asorti ievārījums.....	373	Zemeņu kompots ar jāņogu sulu II.....	381
Zemeņu biezenis.....	373	Meža zemeņu kompots.....	381
Zemeņu un ābolu biezenis bez cukura.....	373	Meža zemeņu un jāņogu sulas kompots.....	382
Zemeņu un aveņu biezenis bez cukura.....	373	Meža zemeņu un ērkšķogu kompots.....	382
Zemeņu džems.....	373	Meža zemeņu kompots ar upeņu sulu.....	382
Zemeņu un apelsīnu džems.....	374	Zemeņu asorti kompots.....	382
Zemeņu džems ar ābolu sulu.....	374	Zemeņu kompots ar ķirbjiem.....	382
Zemeņu un ērkšķogu džems.....	374	Zemeņu sula.....	382
Zemeņu džems ar ērkšķogu sulu.....	374	Zemeņu sula pudelēs I.....	383
Zemeņu džems ar jāņogu sulu I.....	375	Zemeņu sula pudelēs II.....	383
Zemeņu džems ar jāņogu sulu II.....	375	Dabiskā zemeņu sula.....	383
Asorti džems.....	375	Zemeņu sula ar cukuru.....	383
Meža zemeņu džems.....	375	Zemeņu sula bez cukura.....	383
Meža zemeņu džems ar brendiju.....	375	Zemeņu biezsula.....	384
Zemeņu marmelāde.....	376	Zemeņu un bārbeļu sula.....	384
Zemeņu un ābolu marmelāde.....	376	Zemeņu un rabarberu sula.....	384
Zemeņu marmelāde ar riekstiem.....	376	Zemeņu sīrups I.....	384
Zemesenes jāņogu marmelādē.....	376	Zemeņu sīrups II.....	385
Zemeņu un balto jāņogu marmelāde.....	376	Zemeņu sīrups III.....	385
Zemeņu un ērkšķogu marmelāde.....	377	Zemeņu sīrups IV.....	385
Zemeņu un ērkšķogu marmelāde ar ābolu sulu.....	377	Meža zemeņu sīrups I.....	385
Zemeņu biezeņa marmelāde ar saldo krējumu un šķīstošo kafiju.....	377	Meža zemeņu sīrups II.....	385
Zemeņu želeja.....	377	Zemeņu sīrups burciņā.....	386
Zemeņu un ērkšķogu (jāņogu) želeja.....	378	Zemeņu sīrups ar citronu sulu.....	386
Meža zemeņu un jāņogu želeja.....	378	Zemeņu pastila.....	386
Zemeņu povidla.....	378	Zemesenes pūdercukurā.....	386
Zemeņu un aveņu povidla.....	378	Kaltētas zemesenes.....	387
Meža zemesenes savā sulā.....	379	Cukursīrupā saldētas zemesenes.....	387
Zemeņu kompots I.....	379	Savā sulā saldētas zemesenes.....	387
Zemeņu kompots II.....	379	Saldēts zemeņu biezenis ar cukuru.....	387
		Saldēta zemeņu sula.....	387
		Saldētas meža zemesenes I.....	388

Saldētas meža zemenes II	388	Gaļas sālīšana, neatdalot kaulus	403
Saldētas meža zemenes III	388		
Saldētas meža zemenes IV	388		
ZILENES	389	Mazsālīts gaļas mīkstums	404
Zileņu ievārījums.....	389	Sālītās gaļas apstrāde patēriņa vajadzībām	404
Zileņu un aveņu ievārījums.....	389		
Zileņu, kazeņu, aveņu ievārījums	389	Ruletes no sālītās gaļas	405
Svaigas zīlenes bez cukura.....	389		
Zīlenes savā sulā bez cukura	390	Pakaļkāju šķiņķu, plecu gabalu, krūts gabalu un ribiņu sālīšana	405
Zīlenes dzērveņu sulā.....	390		
Sasmalcinātas zīlenes ar cukuru I	390	Sālīts speķis	406
Sasmalcinātas zīlenes ar cukuru II	390	Sālīts speķis ar ķiplokiem I	407
Zileņu biezenis.....	390	Sālīts speķis ar ķiplokiem II	408
Zileņu marmelāde.....	391	Speķis ar ķiplokiem III	408
Zileņu želeja.....	391	Speķis baltkrievu gaumē.....	408
Zileņu kompots.....	391		
Zileņu un ķiršu kompots	391	Putnu kautķermeņu sālīšana	408
Zileņu un aveņu kompots	391		
Zileņu un upeņu kompots	391		
Zileņu sula I	392	GAĻAS UN TĀS IZSTRĀDĀJUMU ŽĀVĒŠANA	410
Zileņu sula II.....	392		
Zileņu pastila.....	392	Žāvētavas	411
Saldētas zīlenes.....	392	Žāvēšanas veidi	418
Kaltētas zīlenes.....	392		
GAĻAS IZSTRĀDĀJUMI	395	Žāvētu priekškāju un pakaļkāju šķiņķu gatavošana	421
GAĻAS UN TĀS IZSTRĀDĀJUMU SĀLĪŠANA.....	400	Vārīts žāvētais šķiņķis.....	421
Sālīšanas veidi	400	Karstumā žāvēts šķiņķis	422
Trauki gaļas sālīšanai.....	402	Cūkgaļas šķiņķis ātrā sālījumā	422
Gaļas produktu sālīšanas paņēmieni.....	402	Vītināti-žāvēts cūkgaļas šķiņķis	423
Gaļas mīkstuma sālīšana	403	Žāvēti šķiņķi	423
		Žāvēts un vārīts šķiņķis	424
		Vārīts un žāvēts pikantais šķiņķis	424
		Žāvēts šķiņķis I (slapjais sālījums)	424
		Žāvēts šķiņķis II	425

Šķīņķis ar ķimenēm (slapjais sāļjums)	425	Žāvēta un vārīta krūtiņa	433
Šķīņķis ar kadiķiem I (sausais sāļjums)	425	Vārīta un žāvēta krūtiņa (slapjais sāļjums)	433
Šķīņķis ar kadiķiem II (slapjais sāļjums)	426	Žāvēta mežacūkas krūtiņa.....	434
Šķīņķis ar ķiplokiem I (sausais sāļjums)	426	Žāvētas ribiņas	434
Šķīņķis ar ķiplokiem II (slapjais sāļjums)	426	Žāvētas cūku ribiņas.....	434
Piparotais šķīņķis I (sausais sāļjums)	427	Žāvētas mežacūku ribiņas.....	434
Piparotais šķīņķis II.....	427	Žāvētas un vārītas cūkas ribiņas	435
Vārīts un žāvēts šķīņķis.....	427	Žāvēts spēķis	435
Šķīņķis ar garšvielām (slapjais sāļjums)	428	Spēķis ungāru gaumē	435
Kakla karbonādes šķīņķis (slapjais sāļjums)	428	Žāvēta liellopu un teļa gaļa	435
Šķīņķis ar koriandru I (sausais sāļjums)	428	Liellopu gaļas šķīņķis (sausais sāļjums)	435
Šķīņķis ar koriandru II (sausais sāļjums)	429	Žāvēta liellopa gaļa Hamburgas gaumē.....	436
Žāvēts šķīņķis klijās	429	Žāvēta liellopa gaļa I.....	436
Šķīņķis ar ķimenēm (sausais sāļjums)	429	Žāvēta liellopa gaļa II.....	436
Šķīņķis ar garšvielām.....	430	Žāvēta liellopa mēle.....	436
Žāvēts šķīņķis zemnieku gaumē	430	Žāvēta teļa gaļa (sena krievu recepte)	436
Žāvēts šķīņķis ar ķiplokiem un pipariem.....	430	Teļa gaļas šķīņķis (sausais sāļjums)	437
Cūkgāļas pikantais šķīņķis	431	Žāvēts teļa gaļas šķīņķis (slapjais sāļjums)	437
Marinēts žāvēts šķīņķis.....	431	Jēra gaļa	437
Žāvēta cūkgāļa ar koksnes pelniem ...	431	Žāvēta jēra gaļa	437
Žāvēta cūkas fileja un mēle	432	Žāvēts jēra vidusgabals.....	437
Cūkas sānu gabals mājas gaumē	432	Žāvēta jēra gaļa tatāru gaumē.....	438
Žāvēts sivēns	432	Žāvēts jēra gaļas šķīņķis	438
Žāvēta krūtiņa	433	Jēra šķīņķis skotu gaumē.....	438
Žāvēta krūtiņa I (sausais sāļjums)	433	Ganiņu šķīņķis (sausais sāļjums).....	439
Žāvēta krūtiņa II (slapjais sāļjums)	433	Truša un nutriju gaļa	439
		Žāvēta truša gaļa I	439
		Žāvēta truša gaļa II	440
		Žāvēts marinēts trusis.....	440
		Žāvētas nutrijas.....	441

Putnu kautķermeņu		lecieņītā desa.....	457
žāvēšana	441	Lietuviešu mājas desiņas	457
Žāvēta zoss lietuviešu gaumē	442		
Rulete no nesadalītas zoss.....	443	Pusžāvētas desas	458
Pīles rulete	443	Pusžāvēta cūkgaļas desa.....	459
Žāvēta zoss (sena krievu recepte)	443	Pusžāvēta cūkgaļas desa	
Auksti žāvēta zoss	443	cūku taukos	459
Žāvētas pīles un zosis		Krakovas desa	460
(karstās žāvēšanas paņēmieni)	444	Pusžāvēta liellopu gaļas un	
Žāvēta zoss krūtiņa.....	444	cūkgaļas desa.....	460
Žāvēta vista (zoss, pīle)	444	Pusžāvētas liellopu gaļas un	
Žāvēta vistas krūtiņa.....	445	cūkgaļas desiņas	461
Žāvēta marinēta vista.....	445	Pusžāvēta «lecieņītā» desa.....	462
		Kurzemes desiņas	462
GAĻAS VĪTINĀŠANA.....	446	Cūkgaļas desiņas	463
		Pusžāvēta desa no medījumu	
Vitināta gaļa	447	gaļas	463
Vitināta jēra, teļa un kazas gaļa.....	447	Pusžāvēta Krakovas desa	463
Vitināta cūkgaļas fileja I	447	Pusžāvēta mājas desa.....	464
Vitināta cūkgaļas fileja II	448	Pusžāvēta cūkgaļas desa.....	464
Vitināta cūkgaļas fileja III	448	Truša gaļas cīsiņi	464
Vitināta fileja		Pusžāvēta nutrijas gaļas desa.....	465
(no saldētas cūkgaļas)	448		
Vitināta karbonāde.....	448	Žāvētas desas	465
Vitināta gaļa mednieku gaumē.....	449	Žāvēta liellopu gaļas un cūkgaļas	
Gaļas basturma	449	desa I	467
Vitināta gaļa armēņu gaumē	449	Žāvēta liellopu gaļas un cūkgaļas	
Basturma gruzīnu gaumē.....	450	desa II	468
		Cieti žāvēta desa	468
DESU GATAVOŠANA.....	451	Cūkgaļas desa.....	468
		Liellopu gaļas desa.....	469
Zarnu sagatavošana	451	Liellopu gaļas un cūkgaļas desa.....	470
		Liellopu gaļas vai cūkgaļas	
Gaļas apstrāde un sagatavošana		salami.....	470
pildījumam	453	Aitas gaļas salami.....	471
		Zoss gaļas desa ar cūkgaļu	471
Desu pildīšana.....	454		
Vārītās desas	456	Vitinātas desas.....	472
Tējas desa.....	456	Cūkgaļas un liellopa gaļas desa	472
Tējas desa no truša gaļas.....	456	Liellopu gaļas un speķa desa.....	472
Vārītā desa no liellopu vai		Desa mednieku gaumē	
aitas gaļas	457	(Bulgāru virtuve)	472
		Desa čečenu gaumē	473

Ceptas desas	473	Sausā sālišana	500
Ukraiņu mājas desa I.....	473	Sālišana sāls šķīdumā	501
Ukraiņu mājas desa II.....	474	Garšvielas	501
Cepta cūkgaļas desa cūku taukos	474	Skalošana, nosusināšana un sadališana	502
Zilcgaļas, asinsdesas un aknu desas	475	Zivju uzkarināšana kūpinātavā	502
Baltā zilcgaļa.....	475	Iekārtu un āķu kopšana	505
Pelēkā zilcgaļa	475	ZIVJU KŪPINĀŠANA UN APSTRĀDE	506
Sarkanā zilcgaļa	475	Aukstā kūpināšana	506
Delikateses zilcgaļa	475	Karstā kūpināšana	508
Mājas zilcgaļa	477	Karstā sausā kūpināšana	508
Zilcdesa rumāņu gaumē	477	Karstā mitrā zušu kūpināšana	510
Asinsdesa	477	Saldētu zivju kūpināšana	511
Vārīta asinsdesa.....	478	Lašveidīgo zivju kūpināšana	512
Asinsdesa ar putraimēm.....	478	Kūpinātu zivju apstrāde	513
Asinsmaize.....	478	KŪPINĀTAS UN SĀLĪTAS ZIVIS ĒDIENU RECEPTĒS	516
Aknu desa.....	479	Zivju salāti ar augļiem	516
Aknu desiņas	479	Zivju un zirņu salāti.....	516
Aknu desa ar truša gaļu	480	Kūpināta laša salāti.....	516
GAĻAS KONSERVI	481	Kūpinātas mencas salāti.....	517
Sautēta cūkgaļa.....	482	Kūpinātu reņģu salāti.....	517
Sautēta liellopu gaļa	483	Zivju salāti ar olu	517
Sautēta aitas gaļa	483	Kūpinātas zivis krējuma mērcē ar mārutkiem.....	517
Cepta liellopu gaļa.....	484	Milānas salāti ar kūpinātām zivīm.....	517
Galerts	484		
ZIVJU KŪPINĀŠANA	487		
KŪPINĀTAVAS UN KŪPINĀŠANAS VEIDI	490		
ZIVJU SAGATAVOŠANA KŪPINĀŠANAI	499		
Zivju tīrīšana	499		
Sālišana	500		

Kūpinātas siļķes kapājums	518
Karsti kūpinātu sardīņu un stavridu salāti	518
Zivju salāti ar marinētām sēnēm	518
Karsti kūpinātu mencu vai jūras asaru salāti	518
Grūbu un kūpinātas sviesta zivs salāti	519
Zivju salāti ar tomātiem un āboliem	519
Karsti kūpinātu zivju salāti ar dārzeņiem	519
Zivju salāti ar marinētiem sarkanajiem pipariem.	520
Kūpinātu reņģu kārtojums	520
Kūpinātas reņģes mīklā	520
Aukstā zivju pastēte	520
Kūpinātu reņģu pastēte	520
Kūpinātu siļķu pastēte	521
Lazanja ar kūpinātām zivīm	521
Olu kultenis ar kūpinātām reņģēm	521
Sālā biskvīta rulete ar kūpinātas zivs krēmu	521
Kūpināta laša rulete ar sieru	522
Grauzdiņi ar žāvētām zivīm	522
Kūpināta siļķe ar biezpienu	523
Kūpināta zivs, vārīta sviesta mērcē	523
Pergamentā cepta kūpināta siļķe	523
Kartupeļu zupa ar kūpinātām reņģēm	523
Zupa no kūpinātām butēm	524
Kartupeļu zupa ar kūpinātām zivīm	524
Reņģu un baltaizies sacepums	524
Makaronu un kūpinātu reņģu sacepums	524
Kartupeļu un sāļtu reņģu kotletes	525
Kartupeļu un siļķu kotletes	525
Siļķu un dārzeņu sautējums	525
Siļķu un kartupeļu sacepums	526

Gaļas un siļķu klimpas	526
Pildīti kartupeļi	526
Siļķu salāti ar majonēzes mērci	527
Sālīts lasis	527
Mazsālīta mencas fileja	527
Zivju ikru sagatavošana	527

ETIĶIS, PIKANTĀS PIEDEVAS

UN UZKODAS	529
------------------	-----

ETIĶA GATAVOŠANA	535
------------------------	-----

Etīķa aromatizēšana	536
---------------------------	-----

Garšaugu etiķis	536
-----------------------	-----

Garšaugu un etiķu kombinācijas	537
Ābolu sidra etiķis	537
Šampanieša etiķis	537
Iesala etiķis	537
Sarkanvīna etiķis	537
Heresa etiķis	538
Baltvīna etiķis	538

Garšvielu etiķis	539
------------------------	-----

Garšvielu un etiķa kombinācijas (2 tasēm etiķa)	540
Ābolu sidra etiķis	540
Balzametiķis	540
Iesala etiķis	540
Sarkanvīna etiķis	540
Heresa etiķis	540
Baltvīna etiķis	541

Augļu etiķis	541
Ābolu etiķis	541
Aveņu etiķis	542
Ērkšķogu etiķis	542
Jāņogu etiķis	542
Rozīņu etiķis	543

Aromatizēta augļu etiķa kombinācijas	543	Tomātu un mārrutku mērce	551
Šampanieša etiķis	543	Tomātu un paprikas mērce	551
Sarkanvīna etiķis	543	Tomātu mērce francūžu gaumē	551
Rīsu vīna etiķis	544	Tomātu mērce maķedoniešu gaumē	551
Rozā vīna etiķis	544	Krimas mērce	552
Heresa etiķis	544	Asā uzkoda I	552
Baltvīna etiķis	544	Asā uzkoda II	552
Ziedu etiķis	545	Asie kabači I	552
Ziedu etiķa kombinācijas	545	Asie kabači II	553
Ābolu sidra etiķis	545	Asā piedeva	553
Šampanieša etiķis	545	Piedeva «Dāmu dedzinošie»	553
Sarkanvīna etiķis	546	Piedeva no seleriju kātiem un āboliem	553
Rīsu etiķis	546	Ķiploku piedeva	554
Heresa etiķis	546	Ābolu piedeva ar ķiplokiem	554
Baltvīna etiķis	546	Ērkšķogu piedeva	554
Dārzeņu etiķis	546	Melleņu piedeva	554
Dārzeņu etiķa kombinācijas	547	Korinšu un dārzeņu piedeva	554
Ābolu sidra etiķis	547	«Vīriešu» ievārījums (klasiskais variants)	555
Sarkanvīna etiķis	547	Biešu sulā marinēti sīpoli	555
Baltvīna etiķis	547	Marinēti ķiploki I	555
PIKANTĀS PIEDEVAS UN UZKODAS	548	Marinēti ķiploki II	556
Ābolu mērce	548	Jāņogu sulā marinēti ķiploki	556
Ābolu un tomātu mērce	548	Jāņogu sulā ar medu skābēti ķiploki	556
Asā mērce I	548	Ķiploki augu eļļā	556
Asā mērce II	549	Kečups I	557
Dārzeņu mērce	549	Kečups II	557
Dārzeņu sāļā mērce	549	Ķiploku kečups ar gurķiem	557
Mārrutku mērce I	549	Ābolu un aprikožu kečups	557
Mārrutku mērce II	550	Ābolu un tomātu kečups	558
Mārrutku mērce ar bietēm	550	Dzērveņu kečups	558
Mērce «Tkemali» I	550	Jāņogu kečups	558
Mērce «Tkemali» II	550	Adžika I	558
Tomātu un ķiploku mērce	550	Adžika II	559
		Adžika III	559
		Adžika ar bietēm	559
		Adžika ar ērkšķogām	559
		Adžika ar gurķiem	560
		Adžika ar ķirbi	560
		Adžika ar sēnēm	560

Adžika «Grieķu dieviete».....	560	Skābes daudzuma koriģēšana	
Adžika baltkrievu gaumē.....	560	sulā	579
Lečo I	561	Slāpekli saturošu vielu	
Lečo II	561	pievienošana sulai	582
Lečo III	561	Raugi un vīna rauga tīrkultūras	
Lečo IV	561	pavairošana	583
Lečo V.....	562	Augļu un ogu sulu raudzēšana.....	585
Lečo ar baklažāniem I	562	Vīna dzidrināšana un filtrēšana	591
Lečo ar baklažāniem II	562	Vīna uzglabāšana.....	593
Lečo ar baltajām pupiņām.....	562	Vīnu nepilnības un slimības	595
Lečo ar pupiņām un		Kopējais skābju daudzums	
baklažāniem.....	563	 neatbilst gaidītajam	596
Lečo ar kabačiem	563	Vīns zaudējis stiprumu	596
Lečo ar patisoniem	563	Etikšķābā rūgšana	596
Lečo ar medu.....	563	Pienskābes piegārša	597
Lečo ar rīsiem	564	Pelējuma garša	597
Galda sinepes.....	564	Gļotains vīns	598
Ābolu sinepes.....	564	Vīns maina krāsu, kļūst	
Bumbieru sinepes	564	duļķains	598
Angļu sinepes.....	565	«Vīna ziedēšana»	599
Franču sinepes I	565	Vīna pārraudzēšana.....	600
Franču sinepes II	565	Vīna pasterizēšana	600
Vācu sinepes	565	Izspiesto augļu un ogu	
Sinepes ar ķiplokiem	565	 pārpalikumu izmantošana.....	601
Stiprās sinepes	566	Etikšķābu vīnu izmantošana.....	602
Skābās sinepes	566	Augļu un ogu vīni	603
Majonēze	566		
Garšaugu marmelāde.....	566		
Garšaugi rabarberu sulā.....	567		
Dārzeņu un garšaugu			
maisījums I	567		
Dārzeņu un garšaugu			
maisījums II	567		
MĀJĀS GATAVOTI VĪNI, LIĶIERI,			
UZLĒJUMI.....	569		
VĪNI	573		
Augļu un ogu sulas			
 sagatavošana raudzēšanai	573		
Cukura daudzuma koriģēšana			
 sulā	578		

Ābolu un bumbieru vīni.....	603	Pašaudzētu vīnogu vīni.....	618
Skābu ābolu vīns I.....	604	Nogatavojušos vīnogu vīns.....	618
Skābu ābolu vīns II.....	605	Negatavu vīnogu vīns.....	619
Nomizotu ābolu vīns.....	605	Sarkanvīns no zilajām vīnogām.....	619
Ābolu vīns ar mellenēm vai aveņu (zemeņu) sulu.....	605	Medus vīni.....	619
Kritušo un apsalušo ābolu vīns.....	605	Medus vīns I.....	619
Bumbieru vīns.....	606	Medus vīns II.....	620
Bumbieru un ābolu vīns.....	606	Medus un ābolu sulas vīns.....	620
		Medus un jāņogu sulas vīns.....	620
Ogu vīni.....	606	Dzirkstošie vīni.....	620
Aveņu vīns.....	606		
Brūkleņu vīns.....	607	LIĶIERI.....	622
Dzērveņu vīns.....	607		
Ērkšķogu vīns.....	607	Apelsīnu mizu liķieris.....	622
Jāņogu vīns I.....	608	Apelsīnu un citronu liķieris.....	622
Jāņogu vīns III.....	609	Aprikožu liķieris.....	623
Jāņogu vīns ar konjaku.....	609	Aveņu liķieris I.....	623
Kazeņu vīns.....	610	Aveņu liķieris II.....	623
Korinšu vīns.....	610	Aveņu liķieris III.....	623
Ķiršu vīns.....	610	Bazilika liķieris.....	624
Saldo ķiršu vīns.....	611	Brūkleņu liķieris.....	624
Melleņu (zileņu) vīns.....	611	Citronu vai apelsīnu liķieris.....	624
Mežrozīšu augļu vīns.....	612	Jāņogu liķieris.....	624
Pilādžu vīns.....	613	Jasmīnu liķieris.....	624
Plūmju vīns.....	613	Kafijas liķieris.....	625
Upeņu vīns I.....	614	Ķimeņu liķieris.....	625
Upeņu vīns II.....	614	Ķiršu liķieris.....	625
Upeņu vīns III.....	614	Lāceņu liķieris.....	625
Zemeņu vīns I.....	615	Olu liķieris.....	625
Zemeņu vīns II.....	615	Pilādžu liķieris I.....	626
Bērzu sulas vīns.....	615	Pilādžu liķieris II.....	626
Iesala ekstrakta vīns.....	616	Rožu liķieris.....	626
		Šokolādes liķieris.....	626
Netradicionāli vīni.....	616	Tējas liķieris.....	626
Kadiķogu vīns.....	616	Upeņu liķieris I.....	627
Ķirbju vīns.....	617	Upeņu liķieris II.....	627
Rabarberu vīns.....	617	Zemeņu liķieris I.....	627
Rozīņu vīns.....	617	Zemeņu liķieris II.....	627
Tomātu vīns.....	618	Zemeņu liķieris III.....	628
Žāvētu augļu vīns.....	618	Zemeņu liķieris IV.....	628
		Meža zemeņu liķieris I.....	628

Meža zemeņu likieris II	628	Korinšu degvīns	633
Meža zemeņu likieris III	628	Krustnagliņu degvīns	634
Meža zemeņu likieris IV	629	Ķimeņu degvīns I	634
Meža zemeņu likieris V	629	Ķimeņu degvīns II	634
Meža zemeņu likieris VI	629	Ķimeņu degvīns III	634
Zemeņu kokteilis I	629	Liepziņu degvīns	634
Zemeņu kokteilis II	630	Dažādu ogu degvīns	634
UZLĒJUMI UN IZVILKUMI	631	Pīlādžu degvīns	635
Anīsa degvīns	631	Piparmētru degvīns I	635
Anīsa degvīns I	631	Piparmētru degvīns II	635
Anīsa degvīns II	631	Piparmētru degvīns III	635
Anīsa degvīns III	631	Piparmētru degvīns IV	636
Apelsīnu degvīns	632	Plūmju uzlējums ar konjaku	636
Aprikožu uzlējums	632	Priežu pumpuru degvīns	636
Brūkleņu degvīns	632	Rožu degvīns	636
Dzērveņu degvīns	632	Vērmeļu degvīns I	636
Dzērveņu uzlējums spirtā	632	Vērmeļu degvīns II	636
Garšaugu degvīns I	633	Pielikumi	637
Garšaugu degvīns II	633	Produktu mēru un	
Garšaugu degvīns III	633	masas salīdzinājums	637
Garšvielu degvīns	633		
Kalmju jeb kapteiņa degvīns	633	Garšaugu izmantošana	638