

Házi és ipari savanyúságok

Az életmódváltással előtérbe kerülnek az üzletből vásárolt termékek

• Erdélyben sok savanyúságot fogyasztunk, és ennek jelentős része még mindig a családi konyhán készül el. Közkedvelt a savanyú káposzta és az uborka, de kis leleményességgel minden zöldségfélét biztonságosan savanyíthatunk. Az életmódváltással azonban hangsúlyossá válik a kereskedelemben kapható savanyúságok forgalma.

KISRÉTI ZSOMBOR

Napjainkban is széles körben elterjedt foglalatosság Erdélyben a házisavanyúság-készítés. Ez jól lemérhető a nyár végén és ősszel nagy mennyiségben megvásárolt zöldségekből: elsősorban uborkára, paprikára, paradicsomra és káposztára van a legnagyobb kereslet.

Még mindig kevés az olyan falusi porta, ahol a család téli savanyúságszükségletének legalább egy részét ne otthon készítenék el. Háztájiban széles körben elterjedt a főzéssel tartósított paradicsomlé, amit üvegekben tárolnak. A különböző ételek készítéséhez szükséges paradicsomlé palackozásakor a gazdaasszony rendszerint kevés szalicillel tartósítja a közkedvelt zöldség levét.

A háztáji zöldségtartósítás legelterjedtebb és legegyszerűbb módja a sózás. Tölteni való paprikától kezdve friss kaprot, martilaput, gyalult tököt, uborkát, vegyes leveszöldséget, ételízesítő zöldségkeveréket, zöldparadicsomot, zöldbabot, zöldborsót, spenótot vagy párolt gombát lehet hosszú ideig sóban tartósítani. A mélyhűtők elterjedésével a sózás



Házi savanyúságok. Akinek van hozzá ideje, jól jár a családi ízlés szerint elkészített termékekkel • FOTÓK: KISRÉTI ZSOMBOR

gyakorlata csökkent, de sokan ma is ezt a tartósítási eljárást alkalmazzák. A sóban eltett zöldségeket és fűszereket nyersen, sóval rétegezve tárolhatjuk, vagy leforrázva és fűszerekkel ízesített sós lével önthetjük fel.

Közkedvelt káposzta és uborka

A háztáji zöldségtartósítás népszerű módja a savanyítás, abból is a leggyakoribb a télire eltett káposzta fejes vagy gyalult formában.

Egy bevált savanyítottkáposzta-receptet ismertetünk. Tíz kg gyalult káposztához 25 dkg sót, néhány szelet sárgarépát, egy piros csöves paprikát, tíz dkg szeletelt birs almát, 5 dkg köménymagot, babérlevelet, koriandert és borsot keverünk. Van, aki a gyalult káposztát vegyesen teszi el télire az ép fejekkel. A hordó aljára káposztaleveleket teszünk, amire 10 kg összekevert, fűszerezett gyalult káposzta kerül, amit döngölőfával tömörítünk. Erre helyezük szorosan

egymás mellé a megszózott káposztafejeket, majd újabb réteg gyalult és döngölt káposztával folytatjuk a rétegzést. Amikor a hordó megtelik, az utolsó réteg gyalult káposztára tisztára mosott deszkát teszünk, amit nagyobb kővel nyomtatunk le. A hat hétig tartó erjedés során időnként el kell távolítani a felületén kialakuló nyúlós, nyálkás réteget.

Ecetes savanyítás

Téli savanyításra a káposztával töltött paprika, paprikasaláta, tölteni való ecetes paprika, ecetes paradicsompaprika, a különböző vegyes saláták, az ecetes uborka és a zöld paradicsom népszerű házi készítmény.

Kevésbé elterjedt az ecetes vízben tárolt tök, ami szintén jóízű savanyúság. A meggyalult tököt enyhén megsózzuk, állni hagyjuk, majd kinyomkodjuk. Erősen ecetes vizet forralunk kevés cukorral, amit lehűtve az üvegekbe rakott, gyalult tökre öntünk. A leköttött üvegan-

feldolgozás is háttérbe szorul. Kereskedelmi statisztikák szerint az utóbbi tíz évben látványosan megnőtt az iparilag készített ízek, dzsemek, kompótok, szörpök és egyéb gyümölcskészítmények forgalma. Ha nem is ilyen mértékben, de nő a bolti savanyított zöldségek iránti igény is.

Sokan fenntartással viszonyulnak a nagyüzemi paradicsomsűrítvényekhez, az előítélet pedig nem alaptalan. Régebben a könnyen romló zöldségnek azt a részét szállították konzervgyárba, amit nem lehetett frissen értékesíteni. Bevett gyakorlat volt, hogy nagy mennyiségű tartósítószerrel állították le az elindult erjedést, a gyümölcsök és zöldségek romlását. Napjainkra szigorúbbak lettek ugyan az élelmiszer-biztonsági szabályok, de az élelmiszeripari gyárak belső életébe nehéz belátni... Bevett romániai gyakorlat, hogy a dél-amerikai nagyüzemekben jóval olcsóbban előállítható és hajón érkező import paradicsomsűrítvényt keverik az élelmiszeripari termékekbe.

Az üzletekben megvásárolható tucatnyi savanyúság közül a savanyított konzervuborka a legelterjedtebb készítmény. Nagyüzemi előállítás sokban hasonlít a kicsiben végzett háztáji téli eltevésre, azonban a felöntőléként használt tartósítószer különbözik. Savanyúságkészítő kis- és nagyüzemekben széles körben elterjedt a kis és a nagy savtartalmú csemeguborka-konzerv. A kisebb savtartalmú termékek felöntőlévébe 2,4% ecetsav, 0,15% borkő, 0,30% tejsav, 3,5% cukor és 2,5 százalék konyhasó kerül. A nagyobb savtartalmú készítményhez az ecetsav arányát 3,2 százalékra növelik.

A standardnak számító gyári alapléhez különféle ízesítéseket kevernek: fokhagyma, zeller, babérlevél, torma, petrezselyem vagy szőlő kerül az üvegeknek címkéjére. Ízlés szerint tudjuk kiválasztani azt a fajta konzervuborkát, amit leginkább kedvelünk.

nákat a víz forrásától számítva 30 percig gőzölgjünk.

Legnépszerűbb téli savanyúságunk az uborka, amit sokféle fűszerezéssel tartósítanak Erdélyben. Sokan kedvelik az ecetes uborkát. Az üvegekbe rakott, friss uborka közé kapor, torma, gyömbér, meggyfalevél és kevés csípős paprika is kerülhet, ami kiváló ízvilágot ad az ecetes vízben tartósított uborkának. 1 liter vízhez ízlés szerint 1–2 dl ecetet, 2 dkg sót és 4 dkg cukrot számítunk. Az alaplevet felfőzzük, és langyosra hűtve ráöntjük az üvegeknek pakolt uborkákra. Szorosan leköttött celofánnal hűvös helyen a kamrában vagy pincében hosszú ideig tárolható.

Gyári konzervek

Az emberek életvitelének változásával a házi zöldség- és gyümölcs-



Az üzlet felhozatalban a savanyú uborka és a paprika vezet



HIRDETÉS

