

کنسرو میوه با اجاق های خورشیدی

مترجم : پدram اصفهانی

Translated by Pedram Esfehani

Email: pesfahani@aol.com



الینور شایمل : " اگر از اجاق های خورشیدی جعبه ی فقط برای یک کار بتوان استفاده کرد ، آن کار برای کنسرو ها خواهد بود . " مراحلی که بر روی کنسرو ها در اجاق های خورشیدی جعبه ی صورت می گیرد بسیار شبیه آن چیزی است که در اجاق های معمولی انجام می شود . از آن لحظه که شما کار بر روی کنسروها را شروع می کنید تا آن زمان که کار کاملاً تمام شود ، 10 دقیقه زمان نیاز است . یکی از مزیت های تهیه ی کنسرو با اجاق های خورشیدی آن است که میوه رنگ طبیعی و براق خود را در کنار گرمای ملایم خورشید از دست نمی دهد .

الینور آن چنان به تهیه ی کنسرو با اجاق های خورشیدی جعبه ی علاقه مند است که در کتاب خود با عنوان " کتاب آشپزی خورشیدی الینور " یک فصل را به تهیه ی کنسرو با اجاق های خورشیدی جعبه ی اختصاص داده است .

او معتقد است که این کنسروها ، همانند کنسرو های تجاری حاوی آب میوه و چاشنی و حتی حفاظ هم هستند .

روش کار الینور به صورت زیر است : در ابتدا تعدادی ظرف شیشه ی تمیز که درب هم دارند تهیه کنید ، مقداری میوه یا گوجه فرنگی که می خواهید آنها را کنسرو کنید ، شکر یا نمک بنا به ماده ی که می خواهید کنسرو کنید و مقدار کافی آب ، این مقدار آب باید به اندازه ی باشد که ظرف ها را بتوانید کامل پر کنید . ابتدا آب ، میوه ها یا گوجه فرنگی ، نمک یا شکر را در ظرف ها بریزید ، سپس آنها را در اجاق خورشیدی قرار دهید و درب آنها را کمی ببندید ، هنگامی که مواد غذایی در زیر درب شروع به جوش و جنب و جوش کرد می توانید مطمئن باشید که مواد غذایی استریل شده اند ، در همین حالت درب ظرف ها را تا جایی که قدرت دارید محکم و آنها را تمیز کنید ، سپس به سرعت آنها را سرد کنید ، از آرام سرد شدن آنها جلوگیری کنید .

اگر درب ها نوار پلاستیکی داشته باشند داخل ظرف بخار می کند ، مواد غذایی داخل شیشه ها پس از سرد شدن متراکم می شوند بنابراین این در ظرف خلاء به وجود می آورند ، برای آنکه از ایزوله بودن ظرف ها مطمئن شوید می توانید به آنها با قاشق ضربه بزنید اگر صدای پر بودن داد کنسرو درست است ، روش دوم ساده تر است ، با قدرت درب کنسرو ها را فشار دهید اگر سالم باشند نباید بالا و پایین بروند . اگر ظرفی را مشاهده کردید که در ایزوله شدن مشکل داشت درب آن را باز کنید و کمی آن را بیشتر پر کنید و مراحل بالا را دوباره برای آن انجام دهید .



این روش برای تهیه ی کنسرو های ترش و اسیدی مناسب است ، موادی که از آنها می توان برای تهیه ی کنسرو اسیدی استفاده کرد میوه ها ، گوجه فرنگی و همچنین آب میوه ، مربا یا غلیظ شده ی آنهاست .

توجه : هرگز گوشت و سبزیجات را در اجاق خورشیدی جعبه ی خود کنسرو نکنید .

توجه : هرگز در کنسرو خود از شاخه ی جعفری صحرایی برای جلوگیری از مسمومیت استفاده نکنید چون باعث از بین رفتن اسید محیط می شود .

متن بالا در سایت اجاق های خورشیدی تهیه شده است ، برای کسب اطلاعات بیشتر و بیان نظرات خود با آدرس پست الکترونیکی webmaster@solarcooking.org می توانید مکاتبه داشته باشید .