Маринованные огурцы

OsThemes · 22.02.2024



Время готовки

90 минут

Сложность

Средне

Серверовка

4

Описание

Маринованные огурцы обладают множеством полезных свойств для нашего здоровья. Они содержат антиоксиданты, которые защищают наши клетки от повреждений свободных радикалов, а также витамины из группы В, которые способствуют нормальной работе нервной системы и укреплению иммунитета. Кроме того, маринованные огурцы являются хорошим источником железа, который необходим для синтеза гемоглобина и транспортировки кислорода по организму. В целом, включение маринованных огурцов в рацион питания может способствовать поддержанию оптимального здоровья и благоприятно сказаться на состоянии нашего организма.

Ингредиенты

- обычные огурчики – 2 кг
- уксус 9% – ½ ст.
- чеснок – 1 шт.
- вода – 3 л
- укроп – 3 зонтика
- лист смородины – 6 шт.
- жгучий перец – 1 шт.
- листья хрена – по половинке в каждую ёмкость
- соль – 2 ст. л.
- сахар – 3 ст. л.

Способ приготовления

1. ёмкости – промыть раствором соды
2. поставить тару в духовой шкаф и прогреть при температуре 130 градусов 5-7 минут
3. крышки простерилизовать 5-8 мин.
4. подготовить корнишоны или небольшие огурчики
5. в банки поместить специи – ровно половину
6. заложить в посуду огурчики, не слишком плотно, но чтобы не сталось больших пустот
7. уложить вторую половину пряностей
8. добавить нарезанный перец "Огонек"
9. на конечном этапе – 1 зонтик укропа.