

Что имеем — не храним,  
потерявши — плачем



*В. Побочный*

**КОЛЛЕКЦИЯ  
РЕЦЕПТОВ  
ПРИГОТОВЛЕНИЯ  
КВАСА**

МУЗЕЙ ПРИ ФИРМЕ  
«ХЛЕБ РОССИИ»

*Народные рецепты*

# **КОЛЛЕКЦИЯ КВАСА**

*Музей при фирме «ХЛЕБ РОССИИ»*

Москва 1994

В 1892 году Д. И. Менделеев призывал к возрождению народного опыта приготовления кваса. Он писал: «...русский квас с его кислотностью и его здоровым сытным вкусом нужен теперь, когда искусство домашней заготовки кваса начало исчезать». Не случайно Российское общество охранения народного здоровья во второй половине прошлого столетия, покровительствуя квасоваренному производству, всячески стремилось поддержать его развитие в стране. «Слышно, что Общество охранения народного здоровья берет под свое попечительство квасное производство», — писал Д. И. Менделеев.

«Добрый» хлебный квас всегда довольно успешно конкурировал со спиртными напитками. Обычно каждая хозяйка имела свой рецепт кваса, в деревне готовили «маланьин квас», «дарьин квас» и т. д. Для русских было более характерно использовать в пищу свежеприготовленный квас.

Цель этой книги — привлечь внимание к исконно русскому напитку и возрождению былой мировой славы русского кваса.

**© В. И. ПОБОЧНЫЙ, составление, 1994**

# **НАЦИОНАЛЬНЫЙ РУССКИЙ НАПИТОК**

С искусством приготовления кваса были знакомы наши предки более тысячи лет назад. Восточные славяне в совершенстве владели им еще до образования Киевской Руси. Квас настолько любили, что верили в его чудодейственные свойства, лечились им от многих болезней. Впервые квас упомянут в летописи в 988 году: в торжествах крещения Руси князь Владимир приказал раздать киевлянам пищу и напитки — мед в бочках и квас.

Делали квасы сладкий, кислый, мятный, изюмный, белый, окрошечный, душистый, суточный, густой, квас-щи... «Хорош квасок, коли шибает в носок», — говорили о добром квасе, зато неумело приготовленному квасу доставалось сполна: «Квас — вор: в жбан свел, а сам ушел». Иногда квас становился мерилom уровня жизни. О бедном человеке говаривали: «Обчинный квас хлебает с мелком вприкуску». Но вообще «престиж» кваса был настолько высок, что считалось: «И худой квас лучше хорошей воды». В древности на Руси говорили: «Ведай, яко хлеб свершен: есть бо мука аки тело, а квас аки душа, а соль аки ум, вода же аки дух живот».

Квас — прекрасный освежающий, слабоалкогольный исконно русский напиток, хотя подобный напиток египтяне умели готовить более 8000 лет назад, о чем свидетельствуют дошедшие до нас описания способов приготовления кваса.

Квас для нашей страны такой же традиционный напиток, как для французов сидры, лимонады; для итальянцев — соки цитрусовых; для немцев и англичан — пиво; для жителей Среднего Востока — шербеты; для жителей степных и горных районов — айраны.

Профессия квасника была очень распространенной на Руси, причем мастера специализировались на производстве определенных видов кваса. Их так и называли «квасники ячневые» (изготовлявшие квас из ячневой крупы), «яблочные», «грушевые» и т. д. Каждый квасник продавал свой квас только в отведенном ему районе. Нарушение этого правила грозило многими неприятностями. Наиболее строго оно соблюдалось в Петербурге, где за сутки только ко бутылочного кваса продавали около 2 миллионов бутылок.

Много торговцев квасом можно было встретить летом в Москве в Охотном ряду. В последней четверти XIX века москвичи особенно уважали квас из вареных груш.

А уж когда приходила пора сенокоса, то ароматный, острый, шипучий холодный квас прямо из погреба со льдом был незаменим.

В древние времена готовый квас наливали в специальные сосуды квасники, имевшие дисковидное тулово (иногда с отверстием), расширенное горло, носик и ручку. Украшали квасник росписью или скульптурными изображениями у горла.

Русская госпитальная гигиена, приспособившись к народному вкусу, сделала квас обязательным продуктом питания больных в лазаретах и госпиталях. Уже тогда медики знали, что квас хорошо влияет на пищеварение, повышает тонус организма.

В деревнях квас делали испокон веку, однако и промышленное производство знало свои взлеты и падения. Один из «кризисов» начался в те годы, когда в Россию стали завозить баварское пиво. С этого периода, к сожалению, богатейший народный опыт приготовления русских квасов стал утрачиваться. Сегодня мы не знаем не только вкуса, но даже и названий тех квасов, которыми угощались наши предки еще в прошлом столетии.

Для приготовления квасов используют ржаной хлеб (сухари), свежие и сушеные плоды, ягоды, плодовые соки и сиропы, ревень, мед, молоко; в качестве добавок — дрожжи, сахар, изюм, лимонную кислоту и другие продукты. Процесс изготовления квасов состоит из приготовления суслу и его брожения.

Квасное сусло — водный раствор экстрактивных веществ хлебного, плодового, ягодного и другого сырья, предназначенного для сбраживания. Для забраживания суслу используют хлебопекарные дрожжи. Посуду с суслom закрывают крышкой и ставят в теплое место для брожения (20—25 °С), которое длится 6—10 ч. Выбродивший квас процеживают, охлаждают, разливают в бутылки и хранят в прохладном помещении. Квас можно использовать в течение 2—3 суток, более длительное хранение не рекомендуется, так как напиток прокисает.

Пищевая промышленность вырабатывает хлебный квас, экстракт хлебного кваса, хлебный квас для окрошки, сухой хлебный квас и др. В производственных условиях квас готовят из ржаного и ячменного солода, ржаной муки, сахара или на специально приготовленных из солода квасных хлебцах и из сухарей, применяя хмель. Хлебный квас должен иметь кисло-сладкий вкус, в нем содержится от 0,5 до 1,5% спирта.

Хлебный квас — напиток незаконченного брожения. Его технология основана на двух биохимических процессах: спиртовом брожении (переход Сахаров в спирт) и молочнокислом брожении (образование молочной кислоты). В квасе при брожении образуются также углекислота и ароматические вещества.

Пищевая ценность хлебного кваса обусловлена наличием белков, Сахаров, молочной кислоты, углекислого газа и ароматических веществ, образующихся в напитке в процессе его приготовления.

Квас прекрасно утоляет жажду, бодрит, освежает, вкусен и ароматен, восстанавливает силы и повышает работоспособность при больших физических нагрузках.

Концентрат квасного суслу на основе картофеля — густая вязкая жидкость коричневого цвета, получаемая путем осахаривания и тепловой обработки свежего целого и дробленого картофеля с последующим осветлением суслу и сгущением. Концентрат квасного суслу на основе картофеля предназначен для приготовления кваса и других напитков.

Картофельный квас и напитки на основе концентрата квасного суслу имеют освежающий кисло-сладкий вкус и стойкую пенистость. Отличаются

приятным запахом благодаря введению в купажный сироп настоев тмина и других ароматических растений.

Старинные способы приготовления квасов видоизменились. Широко распространены квасы с добавлением ягод, фруктов, ароматных и вкусовых приправ (гвоздики, корицы, лимонной цедры), меда, придающих старинному русскому напитку неповторимые вкусовые свойства и аромат.

## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Принимаясь за приготовление квасов, учтите некоторые советы.

Для приготовления кваса используют только хорошо прокипяченную остуженную воду. Сусло готовят только в проветриваемом помещении. Оберегают его от воздействия солнечных лучей, дождя, пыли. Посуда должна быть абсолютно чистой.

Для улучшения вкусовых качеств в квас можно добавить корицу, мяту и другие пряности.

Ягоды и фрукты перед использованием необходимо перебрать, удалить гнилые и червивые, хорошо промыть и слегка подсушить. Плоды надо брать спелые, желательны свежие.

Применяя лимоны и апельсины, не стоит выбрасывать корки. Если их настоять на кипятке, то получается чудесный напиток.

Использование деревянной и глиняной посуды дает возможность в домашних условиях приготовить напиток отличного качества.

Процесс созревания кваса обусловлен спиртовым и молочнокислым брожением. Дрожжевые клетки лучше всего вызывают брожение при 25—30 °С, поэтому зреющий напиток поначалу выдерживают в теплом месте. Готовый напиток лучше хранить на холоде, так как при этом не только не теряется, а даже улучшается его вкус.

Чтобы квас подольше сохранялся, его нужно после приготовления разлить в бутылки, добавить в каждую по ложечке сахарного песка и плотно закупорить пробками.

Пробки перед закупоркой бутылки следует размочить в кипятке, чтобы они стали эластичнее, а после закупорки закрепить их шпагатом или засмолить. Закупоренные бутылки хранят в прохладном месте обычно в горизонтальном положении.

Если в рецепте рекомендуется перед закупориванием оставить приготовляемый напиток на некоторое время для отстаивания, то посуду с напитком нужно накрыть салфеткой и поставить в теплое место на указанный в рецепте срок.

Прессованные дрожжи можно хранить до 10 суток при температуре 2—4 °С. При температуре свыше 8 °С и без доступа воздуха дрожжи быстро портятся.

Сухим дрожжам свойствен желто-коричневый цвет и горьковатый привкус; они должны быть без запаха гнили и плесени. Их можно хранить значительно дольше прессованных при температуре 12—15 °С, но обязательно в сухом и темном месте.

Прессованные дрожжи должны быть плотными, легко ломающимися, беловато-желтого цвета, со специфическим вкусом и запахом. Кислые, горькие дрожжи не пригодны к употреблению.

Бутылки для кваса должны быть чисто вымыты. В них через воронку сливают забродивший квас, его процеживают через марлю для того, чтобы в бутылку не попал сор.

Бутылки наполняют квасом до середины горлышка, в каждую кладут изюминку.

Укупорка бутылок с квасом играет весьма важную роль; если укупорка хороша, то квас получается прекрасный, и, наоборот, если укупорка плохая, то квас бывает уже не так хорош.

Нужно обращать особое внимание на качество пробок. Старые, бывшие в употреблении пробки никогда не следует употреблять, да и новые пробки не всегда бывают удачны. Нужно брать так называемые «бархатные» пробки.

Пробки перед употреблением нужно прокипятить и горячими вложить в пробочник: в горлышко бутылок их вбивают с помощью пробника. Для этого пробочник нижней частью устанавливают на горлышко бутылки, в середину вкладывают разбухшую пробку, начинают бить по стержню молотком, пока пробка не войдет в верхнюю часть горлышка бутылки. Стержень делают такой длины, чтобы его можно было забить молотком до краев пробочника.

Закупоренную бутылку нужно обвязать бечевкой, иначе квас, забродив, вытолкнет пробку. Берут тонкую бечевку, на середине ее делают петлю (как при вязании), надевают ее на горлышко бутылки так, чтобы сама петля проходила через пробку. После этого концы нужно потянуть вниз и петля крепко притянется к пробке. Концы бечевки завязывают вверху на пробке.

Если в наличии имеются только незрелые фрукты, их надо подвергнуть тепловой обработке. При этом в них частично произойдут те же биохимические процессы, что и при созревании плодов.

Сморщенные яблоки приобретут свежий вид, если положить их на несколько часов в холодную воду.

Чтобы очищенные яблоки не потемнели на воздухе, их нужно сложить в полотняный мешочек, смоченный соленой водой (1 столовая ложка соли на 1 л воды).

Очищенные груши быстро темнеют и делаются невзрачными, поэтому в ожидании варки их кладут в подкисленную уксусом или лимонной кислотой воду. Разрезают же груши на части непосредственно перед варкой.

Мыть клубнику лучше всего в сите, погружая ягоды в воду, затем давая ей стечь.

Чтобы фруктово-ягодные квасы сохранили естественный вид, вкус и аромат исходных продуктов, нагревать эти продукты надо как можно меньше.

Для приготовления в холодильнике пищевого льда можно использовать как холодную, так и теплую воду: холодная вода быстрее замерзает, а из теплой получается более прозрачный лед.

## КАК ПРИГОТОВИТЬ ДОМАШНИЕ ДРОЖЖИ И СОЛОД

*Доморощенные дрожжи.* 1. Сухой хмель или солод заливают двойным количеством горячей воды и кипятят до тех пор, пока половина жидкости не испарится. Теплый отвар процеживают и на каждый стакан добавляют при помешивании 1 столовую ложку сахара и  $\frac{1}{2}$  стакана пшеничной муки. Полученную массу накрывают чистой салфеткой и ставят в теплое место на 1,5—2 суток. Готовые дрожжи заливают в бутылки, закупоривают и держат в прохладном месте.

2. 100—200 г изюма промывают теплой водой, кладут в молочную бутылку со средним горлышком, заливают теплой кипяченой водой, добавляют немного сахара, завязывают в четыре слоя марлей и ставят в теплое место. На 4—5 сутки, когда начнется брожение, дрожжи готовы.

Если дрожжи старые, их можно обновить. Для этого дрожжи растирают с ложкой теплой воды и добавляют 1 чайную ложку сахара. Если они через 10 мин начнут пузыриться — значит, «ожили». Темные кусочки дрожжей надо отобрать и выбросить.

Если под рукой нет дрожжей, их можно заменить половиной стакана пива.

*Закваска из ржаного хлеба.* 0,5 кг ржаного хлеба измельчают, добавляют 0,5 л теплой воды, 2—3 столовые ложки сахарного песка, горсть изюма и ставят на сутки для брожения. Затем массу процеживают через сито, а хлеб отжимают. На полученном настое готовят опару (мучную болтушку) консистенции сметаны и ставят в теплое место. Через 2—3 ч закваска готова.

*Дрожжи из солода.* 1 стакан муки,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка смешивают с 4 стаканами воды, 3 стаканами солода и варят около часа. Теплый состав разливают в бутылки, неплотно закупоривают и ставят в теплое место на сутки, после чего переносят в холодное место.

*Приготовление солода.* Зерна ячменя, пшеницы или ржи заливают водой и выдерживают в ней 3 суток. Воду сливают, зерна кладут в другую посуду и, перемешивая их 2—3 раза в сутки, проращивают зерна в течение 5—6 суток. За это время они дают ростки, которые должны быть длиннее зерна в 2—3 раза. После этого зерна просушивают в комнате или духовке, не прикрывая плотно заслонки. Просушенный солод просеивают, размалывают и хранят в мешочках в сухом месте.

*Дрожжи из муки.* 100 г хорошо просеянной муки размешивают в 1 стакане воды и оставляют на 5—6 ч. Затем добавляют  $\frac{1}{4}$  стакана солодового сула, растирают в нем 1 чайную ложку пекарских или пивных дрожжей и ставят в теплое место. Через сутки дрожжи готовы.

*Солодовое сусло* готовят из ячменя или ржи. Ячмень или рожь проращивают в течение 5 суток, затем дробят в ступке и разводят горячей водой. Полученную смесь выдерживают 1,5 ч при температуре 63 °С. Получается сусло, необходимое для развития бактерий, вызывающих брожение. Пророщенное зерно можно подсушить, измельчить, хранить в сухом месте и использовать по мере необходимости.



*Дрожжи из картофеля.* 0,5 кг хорошо разваренного и размятого картофеля смешивают с 2 стаканами солодового сула, предварительно разбавленного с 1 столовой ложкой пивных дрожжей, и затем — с 0,5 л теплой воды. Тщательно размешивают и оставляют на сутки в теплом месте.

Жидкие дрожжи хранят в бутылках в прохладном месте. Чтобы получить сухие дрожжи, их замешивают с мукой в крутое тесто, формируют в кирпичики и заворачивают в пергаментную бумагу.

*Дрожжи на пиве.* 1 стакан муки смешивают с 1 стаканом теплой воды, ставят на 5—6 ч в теплое место, затем добавляют 1 стакан пива, 1 столовую ложку сахара, размешивают и ставят в теплое место. Эти дрожжи можно долго хранить в погребе.

*Дрожжи из хмеля.* 1 стакан хмеля заливают 2 стаканами теплой воды и ставят отстаиваться на 4 ч. Затем процеживают через салфетку и остужают до температуры парного молока. В этот отвар кладут 2 столовые ложки сахарного песка и подмешивают муку, чтобы получить массу, как густая сметана. Смесь ставят до следующего утра в теплое место.

*Дрожжи из свежего хмеля.* Эмалированную кастрюлю наполняют довольно плотно свежим хмелем, заливают горячей водой и варят 1 ч под крышкой. В процеженный теплый отвар хмеля (2 л) добавляют 1 стакан сахарного песка и 2 стакана пшеничной муки. Массу размешивают, ставят в теплое место на 1,5 суток, после чего добавляют 2 протертые картофелины, вновь перемешивают и ставят на сутки в теплое место. Готовые дрожжи разливают в бутылки, плотно укупоривают и держат в холодном месте.

*Дрожжи из сухого хмеля.* Хмель заливают двойным (по объему) количеством горячей воды и кипятят, часто опуская всплывающий хмель ложкой в воду, до тех пор, пока половина воды не испарится. В теплом процеженном отваре хмеля растворяют сахар (1 столовая ложка на 1 стакан отвара) и добавляют при помешивании деревянной веселкой пшеничную муку ( $1/2$  стакана на 1 стакан отвара). Полученную массу ставят в покрытой чистой тканью посуде в теплое место на 1,5 суток. Готовые дрожжи разливают в бутылки, укупоривают и хранят в прохладном месте.

## ХЛЕБНЫЕ КВАСЫ

Хлебный квас — один из излюбленных прохладительных напитков восточных славян. Этот напиток наши предки знали задолго до образования Киевской Руси.

Слово «квас» — русского происхождения и означает «кислый напиток». В «Энциклопедии питания» Д. В. Кашина отмечается: «После воды в России наиболее распространенный напиток — квас... Мы даже думаем, что его пьют больше, чем воду...» Любовь к квасу не знала границ. Добрый хлебный квас успешно конкурировал со спиртными напитками, и особенно с пивом. Его пили с великим удовольствием нищие и цари, предпочитая его заморским винам.

Квасоварни существовали практически везде: при больницах, солдатских казармах, тюрьмах, на вокзалах, местах массового отдыха, конторских заведениях, министерских службах и других местах.

Квасы готовились с большим искусством.

### Старый русский квас (рецепт XVI—XVIII вв.)

По 9,6 л ячменного и ржаного солода, 6,1 кг ржаной муки, 4 стакана пшеничной муки,  $\frac{3}{4}$  стакана дрожжей.

Ячменный и ржаной солод, а также ржаную муку насыпают в дуршлаг, обваривают 6 л кипяченой воды, размешивают, накрывают и оставляют на 2 ч. Это тесто кладут в два больших горшка и ставят в очень жаркую печь на ночь, несколько раз перемешивая. Утром вынимают из печи, кладут в ушат, разводят четырьмя ведрами воды и перемешивают несколько раз. Когда сусло отстоится, собирают сверху пену и, стараясь не взмутить, сливают в другую посуду. (Если при этом осадок взмутится, то дают снова отстояться, а затем осторожно сливают).

Пшеничную муку разводят этим квасом в довольно густое тесто, вливают дрожжи, размешивают и, когда дрожжи начнут бродить, выливают в квас, ставят в теплое место, накрыв скатертью. Когда сусло покроется пеной, его перемешивают, процеживают сквозь сито, разливают в бутылки не очень полно и крепко их закупоривают. Бутылки ставят в теплом месте и, когда в них появится пена, выносят на лед. На оставшейся гуще можно снова поставить квас: налить четыре ведра воды и подправить мукой с дрожжами; квас будет менее концентрированный.

### Русский квас

1 кг ржаного дробленого солода, 300 г ячменного дробленого солода, 600 г ржаной муки, 130 г ржаных сухарей, 80 г черствого ржаного хлеба, 1 кг патоки, 30 г мяты.

Из солода, муки и 3 л горячей воды замешивают тесто без комков и, накрыв посуду чистой тряпкой, оставляют на 1 ч для осахаривания. Затем тесто перекладывают в огнеупорную посуду (чугунок), накрывают крышкой и

ставят в горячую печь (духовку) для упаривания. Упаренное тесто тщательно перемешивают, соскребают со стенок посуды и для образования жидкообразного теста доливают кипяток.

По прошествии суток тесто помещают в настойный чан, заливают 16 л горячей воды, насыпают измельченные сухари и хлеб. Образовавшийся затор хорошо перемешивают и оставляют на 6 — 10 ч для настаивания и осветления. Когда гуща осядет, а сусло начнет бродить, осторожно сливают его в пропаренный и промытый чистый бочонок.

В оставшуюся гущу вторично заливают 15 л горячей воды. Через 2—3 ч сусло сливают в бочонок, смешивают с настоем мяты и оставляют для сбраживания на сутки, после чего бочонок переносят на ледник.

Когда брожение станет менее интенсивным, добавляют патоку (1 кг на 30 л кваса), бочонок укупоривают деревянной втулкой — через 3—4 суток квас готов к употреблению.

Разлитый в бутылки квас можно держать в погребе или в холодильнике.

### **Маланьин квас**

На 5 л напитка: 1 кг ржаного хлеба, 200 г сахара, 50 г прессованных дрожжей, 50 г изюма, 6 л воды.

Черствый хлеб нарезают ломтиками, подсушивают в духовке до темно-коричневого цвета и заливают 5 л горячей кипяченой воды. Посуду закрывают крышкой и настаивают 6—8 ч. После этого раствор процеживают, вводят разведенные в теплой кипяченой воде дрожжи и сахар, добавляют изюм и ставят для брожения.

### **Дарьин квас**

1 кг ржаного хлеба, 150 г сахара, 60 г прессованных дрожжей, 30 г мяты, 6 л воды.

Готовится так же, как «Маланьин квас».

### **Квас из ржаного хлеба**

2 кг ржаного хлеба, горсть мяты, 18 л воды, 400 г сахара, 50 г дрожжей, изюм.

Ржаной хлеб высушивают, кладут в ушат, всыпают мяту, наливают горячую воду, накрывают и оставляют на сутки. На другой день процеживают через сито в другой ушат, стараясь не взмутить осадка. Оставшуюся жидкость процеживают через сито в третью посуду и оставляют, чтобы жидкость стекла. В ушат, где обваривали хлеб, через сито с хлебной гущей сливают процеженный в первый раз квас, чтобы он профильтровался, кладут сахар, дрожжи, вымешивают, накрывают тканью, оставляют до тех пор, пока сверху не образуется пена.

Пену снимают, в сухие бутылки кладут по 3 изюминки, наливают квас, закупоривают, засмаливают и держат летом на льду, а зимой в погребе. Через несколько суток квас будет готов.

### **Феклин квас**

На 10—12 бутылок кваса: 1 кг ржаного хлеба, 25 г дрожжей, 200 г сахара, 50 г изюма, 20 г мяты, 6 л воды.

Ржаной хлеб подсушивают в духовке до коричневого цвета, кладут в кастрюлю, заливают кипятком, закрывают крышкой и настаивают 5—6 ч. Настой процеживают через марлю, вливают в него разведенные холодной кипяченой водой дрожжи, размешивают, добавляют сахар и мяту, накрывают посуду крышкой и ставят для брожения на 5—6 ч. Когда квас начнет пениться, его процеживают вторично, разливают в бутылки, куда предварительно кладут по несколько изюминок, и закупоривают. Бутылки выносят в холодное место и оставляют в горизонтальном положении. Через 2—3 суток квас будет готов. Перед закупориванием пробки следует размочить в кипятке, чтобы они стали эластичнее, а после укупорки их закрепляют шпагатом.

### **Серпуховский квас**

На 10—12 бутылок кваса: 1 кг черного хлеба (желательно ржаного), 25 г дрожжей, 200 г сахара, 20 г мяты, 50 г изюма, 6 л воды.

Нарезанный ломтиками черный хлеб подсушивают в духовке, складывают в кастрюлю, заливают кипятком, накрывают и настаивают 2—3 ч. Настой процеживают, кладут дрожжи, сахар и мяту. Когда квас начнет пениться, его вторично процеживают, разливают в бутылки, положив в них по 3—4 изюминки, и закупоривают. Через 2—3 суток квас готов.

### **Глафирин квас**

6,6 кг сушеных ржаных сухарей, 4 ведра воды,  $1\frac{1}{2}$  стакана дрожжей, 1,5 кг сахарного песка, лимон, изюм.

Ржаные сухари заливают кипятком, покрывают чистой тканью и дают постоять 8 ч. Чистый квас сливают в другую посуду, кладут дрожжи, сахарный песок и лимон, нарезанный ломтиками, без зерен. Через 8 ч квас процеживают через марлю, разливают в бутылки, кладя по изюминке, плотно закупоривают, ставят в теплое место и держат, пока не начнется брожение.

## **Муромский квас**

На 1,5 кг ржаного хлеба: 300 г сахара, 20—30 г дрожжей, 30 г изюма, 10 л воды.

Хлеб нарезают ломтиками и подсушивают в духовке. Затем сухари ломают на мелкие кусочки, заливают в эмалированной посуде кипятком и ставят на 3—4 ч. Жидкости должно быть полное ведро. Когда жидкость остынет, ее процеживают, кладут сахар, добавляют растертые с сахаром дрожжи и оставляют на 12 ч. Настой разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки, бутылки плотно закупоривают. Первые сутки квас держат в теплом месте, затем переносят в холодное. Самый вкусный квас получается через 4 суток.

## **Квас хлебный белый**

На ведро кваса: 1 кг ржаной муки, по 100 г солода и гречневой муки.

Ржаную, гречневую муку и солод заливают водой (около литра), размешивают, обваривают литром кипятка, через 30 мин вливают еще 1,5 л кипятка и так повторяют 3—4 раза. Сусло размешивают, слегка остужают, вливают 400 г гуши из-под кваса и, накрыв салфеткой, ставят в теплое место. На другой день квас разводят холодной водой, переносят в холодное место, размешивают, дают отстояться и разливают в бутылки.

Этот квас употребляется для питья, а также для борщей, щей и пр.

## **Хлебный квас из концентрата квасного сусла**

10 ст. ложек концентрата квасного сусла,  $1\frac{2}{3}$  стакана сахарного песка, 7 г дрожжей и 5 л воды.

Концентрат квасного сусла и сахар разводят теплой водой (35—40 °С), добавляют дрожжи и выдерживают 12—18 ч в теплом месте при температуре 30—32 °С.

Готовый квас хранят в холодильнике.

## **Квас из сухого хлебного кваса**

500 г сухого хлебного кваса, 200 г сахара, 50 г дрожжей, 50 г изюма, 6 л воды.

Экстракт хлебного кваса заливают горячей кипяченой водой, закрывают посуду крышкой и настаивают 2—3 ч. Затем процеживают, вводят разведенные теплой кипяченой водой дрожжи и сахар, добавляют изюм и ставят для брожения.

### **Домашний квас**

500 г ржаных сухарей, 40 г дрожжей, 200 г сахарного песка, 50 г изюма, 5—10 побегов свежей мяты, 3—4 листочка черной смородины, 4 л воды.

Хлеб нарезают ломтиками и подсушивают в духовке. Сухари заливают кипятком и оставляют в тепле на 3—4 ч. Сусло (если квас готовится не в настольном чане) процеживают через несколько слоев марли, добавляют сахар, разведенные в стакане воды дрожжи, мяту, листья смородины и, накрыв посуду тканью, настаивают и теплом месте 10—12 ч.

Когда сусло хорошо перебродит, его вновь процеживают и разливают в бутылки. В каждую бутылку кладут несколько изюминок, бутылки закупоривают и ставят в холодильник. Через 3 суток квас готов.

### **Гостевой квас**

250 г ржаных сухарей, 190 г сахара, 15 г изюма, 5 г сушеной мяты, 5 листьев черной смородины, 5 г дрожжей, 2 л воды.

Подсушенные в духовке сухари заливают кипятком, настаивают 12 ч и процеживают. Отдельно заваривают мяту, смородиновый лист, дают настояться и вливают в настой кваса. Добавляют прокипяченный с водой сахар, дрожжи, размешивают и оставляют бродить на 4—6 ч. Затем снимают пену, цедают, разливают в бутылки, добавив в каждую по несколько изюминок, и ставят на 2 суток для выдержки.

### **Аннин квас**

500 г ржаных сухарей, 45 г дрожжей, 200 г сахарного песка, 50 г изюма, 5—10 побегов свежей мяты, 3—4 листа черной смородины, 4 л воды.

Ржаной хлеб нарезают ломтиками и подсушивают в духовке. Сухари заливают кипятком и дают настояться в тепле 3—4 ч. Полученное сусло процеживают через несколько слоев марли, добавляют сахар, дрожжи, мяту, листья черной смородины и оставляют в теплом месте для брожения на 10—12 ч. Перебродившее сусло вновь процеживают и разливают в бутылки. В каждую бутылку кладут по 3—5 изюминок и плотно закупоривают пробками. Разлитый квас выдерживают в холодильнике около суток.

### **Зинаидин квас**

На 400 г сухарей: 2 л кипятка, 10 г дрожжей, 100 г сахара.

Часто после обеда остается черный хлеб. Его можно собирать в полотняную торбочку, которую подвесить к стене, и затем из сухарей приготовить отличный квас. Для этого хлеб нарезают тонкими ломтиками, поджаривают его в духовке, сухари заливают крутым кипятком, настаивают 2 ч, процеживают, добавляют сахар и дрожжи. Напиток станет еще вкуснее, если в него добавить хрен, смешанный с медом, и тщательно перемешать.

### **Варварин квас**

На 1 кг ржаных сухарей: 5 л воды, 15—20 г дрожжей, 200 г сахара, изюм.

Черный хлеб нарезают, обжаривают в духовке, кладут в кастрюлю, заливают кипятком и охлаждают. Настой процеживают, добавляют дрожжи, сахар, размешивают и разливают в бутылки. В каждую бутылку кладут несколько изюминок, бутылки плотно закупоривают и на 2—3 суток ставят в холодное место.

### **Петровский квас**

На 800 г ржаных сухарей: 25 г дрожжей, по 100 г сахарного песка, меда, хрена, 4 л воды.

Готовят этот квас так же, как домашний, но перед розливом в бутылки добавляют мед и тертый хрен.

### **Анастасьин квас**

На 1 л хлебного кваса: 25 г хрена, 2 ч. ложки натурального меда, 4—5 кубиков льда.

Мед растворяют в хлебном квасе (чтобы мед лучше растворился, квас слегка подогревают). Затем мелкой стружкой строгоют очищенный и вымытый корень хрена, квас хорошо закупоривают и ставят на холод на 10—12 ч. По истечении этого срока квас процеживают через марлю. Подают с кубиками льда.

### **Натальин квас**

10 ст. ложек концентрата квасного сусли,  $1\frac{2}{3}$  стакана сахарного песка, 6—7 г дрожжей, 5 л воды, по 100 г меда и хрена.

Готовят так же, как хлебный квас, но перед охлаждением добавляют мед и тертый хрен.

### **Преображенский квас**

На 5 л русского кваса из экстракта или концентрата: по 125 г меда и хрена.

В небольшое количество кваса добавляют мед, размешивают до полного растворения, соединяют с оставшимся квасом, кладут нарезанный тонкими ломтиками хрен, плотно закрывают и оставляют на 2—4 ч в холодном месте, после чего процеживают.

## Летний квас

10 ст. ложек концентрата квасного сусла,  $\frac{2}{3}$  стакана сахарного песка, 6—7 г дрожжей, 4 л воды, 2 ч. ложки бадьяна,  $\frac{1}{2}$  стакана мятного сиропа.

Готовят так же, как хлебный квас, но перед добавлением дрожжей кладут бадьян и наливают мятный сироп.

## Квас боярский

На 4 л остуженного кипятка: 100 г пшеничного солода, 150 г ячменного солода, 200 г пшеничной муки, 40 г гречневой муки, 50 г сахара.

Для опары: 50 г пшеничной муки, 40 г гречневой муки, 1 ст. ложку жидких дрожжей.

Пшеничный и ячменный солод, пшеничную и гречневую муку смешивают, слегка разводят водой, растирают, разводят 2 л остуженного кипятка и выдерживают в горячей духовке 6—8 ч. После этого разводят остуженным кипятком. Из пшеничной, гречневой муки и дрожжей замешивают жидкую опару, дают ей подняться, вмешивают в квас и выдерживают его при комнатной температуре под крышкой 20 ч. Добавляют сахар и выдерживают в холодильнике 3—4 ч.

## Княжеский квас

2,5 кг молотого пшеничного солода, 3,3 кг молотого ячменного солода, 4 кг пшеничной муки второго сорта, 0,8 кг гречневой муки смешивают, высыпают в два чугунок и разводят теплой водой, растерев, чтобы не было комков. Потом наливают в каждый чугунок по 26 л воды и ставят после выпечки хлебов в печь на сутки. Вынув чугунок из печки, тесто выкладывают в кадку и разводят 6 или 7 ведрами воды (зимой — тепловатой, а летом — холодной). Затем готовят опару из 1,2 кг пшеничной или 0,8 кг гречневой муки и 3 стаканов дрожжей, разведенных водой, чтобы было жидкое тесто. Поднявшееся тесто выливают в бочку, в которую сливают устоявшийся квас, вымешивают, чтобы не осталось комков, закрывают бочку и через 20 ч высыпают 800 г сахара. Размешав, разливают в бутылки и ставят в прохладное место.

## Северный квас

**1-й способ.** 3,2 кг ржаной муки простого помола, 16 кг муки из исландского мха.

Из ржаной муки и муки из исландского мха замешивают с горячей водой крутое тесто и выпекают из него хлеб. Хлеб охлаждают, разламывают на куски, которые складывают в настойный чан, заливают 25 л крутого кипятка и, накрыв чистой тканью, выдерживают 4—6 суток.



Настоянный осветленный квас сливают в чистую посуду, разливают в бутылки, закупоривают и переносят на ледник либо в холодильник. Хранят бутылки в горизонтальном положении.

**2-й способ.** 5 кг ржаного хлеба, 30 г листьев черной смородины, 600 г сахарного песка, 9 л воды.

При отсутствии муки из исландского мха квас можно приготовить из ржаного хлеба. Для этого хлеб, листья черной смородины и сахар разводят кипятком, накрывают тканью и настаивают в теплом месте 3—4 ч. Охлажденное сусло осторожно сливают в чистый бочонок, наливают дрожжевую закваску и ставят на 2—3 суток в холодное место.

После закисания квас сливают, несколько минут кипятят, периодически снимая пену, и в горячем виде фильтруют через несколько слоев марли.

Охлажденный квас разливают в бутылки, закупоривают пробками с проволокой и ставят на ледник либо в холодильник. Через 7 суток квас готов.

Закваску из дрожжей готовят так. Теплое квасное сусло или квас смешивают с пшеничной мукой, чтобы получилось негустое тесто, и кладут немного сухих хлебопекарных дрожжей, разведенных в теплой воде. Размешав тесто с дрожжами, дают ему подойти, затем добавляют в сусло.

### **Старый белый квас**

26 кг гречневой, 13 кг ситной ржаной, по 26 кг пшеничной муки, ржаного и ячменного солода перемешивают, заваривают кипятком и замешивают тесто, чтобы не было комков. Затем, налив в кадку 5—6 ведер кипятка, опять вымешивают, запускают квасную гущу, кладут мяту, дают выбродить и, когда квас устоится, разливают в бутылки и ставят в погреб.

### **Белый квас**

По 3 кг ржаного дробленого и ячменного солода, пшеничной и гречневой муки, 1,5 кг ржаной муки, 50 г мяты, 20 г изюма.

Хлебные продукты хорошо перемешивают и, постепенно прибавляя кипятком, замешивают крутое тесто без комков. Перекалдывают тесто в настойный чан и заливают 10—12 л кипятка. Тщательно размешав тесто, добавляют 3—4 ст. ложки жидких дрожжей, закваски или квасной гущи из старого кваса. Добавляют прокипяченный настой мяты, накрывают и оставляют в теплом месте для сбраживания и осветления.

Хорошо выбродивший и отстоявшийся квас сливают с гущи, разливают в бутылки, в каждую кладут несколько изюминок. Бутылки закупоривают и хранят в холодном месте в горизонтальном положении.

Особенно популярен был этот квас в конце прошлого века в Рязанской, Тамбовской, Пензенской и ряде других губерний центральной России.

## Агапийн квас

На 3 л кипятка: 700 г ржаной муки, 400 г пшеничной муки, 400 г гречневой муки, 200 г ржаного солода, 100 г ячменного солода, 1 ч. ложку жидких дрожжей.

Гречневую, пшеничную и ржаную муку, ячменный и ржаной солод поочередно обливают кипятком, замешивают из всего этого тесто средней густоты и выдерживают его в комнате 5 ч. Разводят кипятком, хорошо размешивают, остужают, вымешивают и ставят в холодильник на 2—3 суток.

## Воронежский квас

На 400—500 г пшеничных и ржаных сухарей: 2 ст. ложки сахарного песка, 2—3 изюминки.

Этот белый квас незаменим в летнюю жаркую погоду. Нежный, приятный вкус позволяет использовать его и для окрошки.

Квас достаточно прост в приготовлении, некоторую сложность представляет лишь приготовление первоначальной закваски.

Сухари кладут в литровую банку, добавляют воды доверху и 1 столовую ложку сахара. Плотно закрывают крышкой и выдерживают сутки в теплом месте. Затем воду выливают, оставляют  $\frac{1}{3}$  размокшего хлеба и добавляют еще 200 г черствого хлеба и 1 столовую ложку сахара, доливают свежей воды, закрывают крышкой и снова ставят на сутки в теплое место. Так повторяют 2—3 раза.

Готовый квас процеживают, добавляют изюм или несколько листочков мяты и ставят в холодильник, закрыв крышкой, на 1—2 ч.

К  $\frac{1}{3}$  части закваски, оставшейся в банке, наливают воду, кладут 200—250 г хлеба и 1 столовую ложку сахара (порцию сахара можно увеличивать по своему вкусу), закрывают крышкой и ставят в теплое место. Таким образом, каждый день будет готова новая порция кваса. Если место, где настаивается квас, оказалось прохладным, то на его приготовление может уйти 2-е и даже 3 суток.

## Красный квас

По 500 г дробленого ржаного, ячменного и пшеничного солода, 3,2 кг ржаной муки, по 300 г пшеничной и гречневой муки,  $\frac{1}{2}$  стакана дрожжей, 50 г мяты.

Из хлебных продуктов (кроме пшеничной и гречневой муки) замешивают густое тесто на теплой воде. Заваривают его кипятком и размешивают до негустой консистенции. В полученное тесто

вливают ковш воды, перекалдывают тесто в эмалированную посуду и ставят на сутки в истопленную печь (не вынимая углей). Когда тесто упарится, в него наливают немного воды и выдерживают, пока отмокнет корка. После этого тесто кладут в большую посуду, перемешивают, наливают 5 л кипятка,

тщательно размешивая, и добавляют еще 10 л охлажденной кипяченой воды. Во взболтанное сусло кладут кусок льда и оставляют квас для осветления.

В двух стаканах сусла размешивают пшеничную и гречневую муку, добавляют полстакана воды и выдерживают в теплом месте, пока не подойдет. Эту закваску переливают в слитое с гущи сусло.

В оставшуюся гущу наливают 15 л теплой воды, хорошо размешивают, отстаивают и светлое сусло сливают в тот же бочонок. Затем в бочонок добавляют дрожжи и ставят его в погреб. Через 3 суток квас готов. Хранят его в кувшинах с куском льда.

Квас этот был, пожалуй, самым популярным из всех хлебных квасов. Его одинаково охотно пили во всех губерниях России.

### **Кубанский красный квас**

На 3—4 л остуженного кипятка: 250 г ячменного солода, 250 г ржаной муки, по 25 г пшеничной и гречневой муки, 1 ч. ложку мяты, соль; для опары:  $\frac{1}{4}$  стакана пшеничной муки,  $\frac{1}{2}$  стакана молодого кваса и 1 ч. ложку дрожжей.

Ячменный солод смачивают теплой водой, разводят крутым кипятком, всыпают ржаную, пшеничную и гречневую муку, замешивают не особенно густое тесто и дают постоять в комнате 1 ч. Разводят кипятком и выдерживают в горячей духовке 8—10 ч. Вливают кипяченую остуженную воду, выдерживают в комнате 24 ч и процеживают через сито в другую посуду. Из этого молодого кваса, пшеничной муки и дрожжей готовят опару, дают ей подняться в теплом месте, процеживают в квас, добавляют обваренную кипятком мяту и дают бродить 2—3 ч. Процеживают и хранят в холодном месте.

### **Ростовский красный квас**

400 г ржаного и 200 г ячменного солода, 6—7 г сухих дрожжей, 1 ст. ложку пшеничной муки, 3—4 шишечки сушеного хмеля, 50—150 г сахара, 50 г изюма.

Ржаной и ячменный солод заваривают кипятком (воды берут столько, чтобы образовалась густая каша), размешивают до гладкости и ставят в очень теплое место, чтобы упрел. На другой день вливают 5 л кипяченой воды, дают суслу отстояться и сливают с осадка. Отдельно разводят 1 стаканом слитого кваса дрожжи и пшеничную муку, ставят в теплое место и дают подняться. Когда закваска поднимется, вливают квас, кладут по вкусу сахар, хмель и изюм, размешивают, оставляют в комнате на сутки. Когда дрожжи и изюм поднимутся шапкой, их надо снять. Квас разливают в бутылки, крепко закупоривают, ставят на холод.

## Розовый квас

На 2 кг ягод смородины: 1 кг лепестков красных роз.

Розовый квас так же, как и все остальные, лучше готовить в деревянных бочках. Ягоды красной или белой смородины либо смесь той и другой очищают от веточек, тщательно моют и кладут в бочонок на  $\frac{3}{4}$  объема.

Цветы красной розы отделяют от стебельков, споласкивают водой, заполняют ими оставшееся пространство бочонка и заливают все охлажденной кипяченой водой. Бочонок ставят в холодное место, и через несколько дней квас приобретает аромат розы и вкус смородины.

## Губернский квас

1 кг ржаного (гречневого) солода, 2 кг ржаной муки, 6—7 стаканов сахара, 50 г дрожжей.

Из ржаного или гречневого солода и ржаной муки месят крупную пышку, подливая понемногу воду, выпекают, чтобы она подрумянилась, и еще горячую ломают на кусочки. Сухари складывают в макитру или кадочку, обдают 3мя ведрами кипятка и оставляют на 13 ч, мешая как можно чаще. Затем квас процеживают через полотно, добавляют сахар и немного дрожжей и, когда он начнет бродить, разливают в бутылки.

## Квас белый окрошечный

1 кг дробленого ржаного солода, 0,5 кг ячменного солода, 4 кг ржаной муки, по 1 кг пшеничной и гречневой муки, 50 г дрожжей.

Рожь тщательно очищают от примесей, промывают и замачивают в воде комнатной температуры на 2—3 суток. Потом на 5 суток зерно кладут в ящик для проращивания и ставят в теплое место. Пророщенное зерно (т. е. томленный зеленый солод) сушат и размалывают. Так же делают ячменный солод.

Ячменный и ржаной солод смешивают с теплой водой, в полученное тесто добавляют пшеничную и гречневую муку и, непрерывно помешивая, вливают в кипящую воду. Тесто перекладывают в бочонок и ставят в теплое место на 5—6 ч. Затем вливают 15 л кипятка и еще раз тщательно размешивают, чтобы не было комочков. Когда тесто станет теплым, как парное молоко, в него вливают дрожжевую закваску и на 2 суток ставят на холод. Закваску делают так же, как и опару для блинов. Квас процеживают через марлю.

В Белгородской области белый окрошечный квас делают на ржаном солоде и ржаной муке без добавления ячменя и гречки. Он получается густой как суп-пюре. Квас разливают по тарелкам, кладут по вкусу мясной холодец, тертый хрен и солят.

Чтобы сделать из кваса русскую окрошку в домашних условиях, необходимо взять ржаной хлеб или ржаные сухари (40—50 г), дрожжи (2 г) и сахар (30—40 г). Ржаные сухари или ржаной хлеб подсушить в духовке,

измельчить, засыпать в эмалированную посуду, залить 1 л кипяченой горячей воды, размешать, накрыть крышкой и поставить на 1—2 ч в теплое место, периодически помешивая. Полученное сусло слить, добавить в него сахар, разведенные дрожжи, все это размешать и оставить на 10—12 ч.

После того как квас начнет сильно пениться, необходимо его процедить через марлю, разлить в бутылки из толстого стекла, положить в каждую из них по 3—4 изюминки, плотно закупорить и, выдержав их еще 2—3 ч при комнатной температуре, поставить в холодильник. Через 2—3 суток квас готов к употреблению.

### **Аленин квас**

На 20 л кипятка: 1 кг ржаных сухарей, 250 г ржаной муки, 1 кг пшеничных отрубей, 1 кг сахарного песка, 100 г дрожжей.

Ржаной хлеб мелко нарезают и высушивают в духовке. Затем сухари кладут в кадку, заливают кипятком и накрывают крышкой.

Отдельно в кастрюле разводят дрожжи с ржаной мукой и пшеничными отрубями, смешивают с размоченными сухарями. Когда квас перебродит, его процеживают через сито или марлю и добавляют сахар. Готовый квас разливают в бутылки или выливают в бочонок и держат в холодном помещении.

### **Маринин квас**

На 10 л кваса: 400 г сухарей, 550 г сахара (в т. ч. на колер), 150 г дрожжей, 1,5 г настоя мяты или мятной эссенции.

Хорошо поджаренные ржаные сухари нарезают до размера 5—6 мм и постепенно засыпают, непрерывно помешивая, в предварительно вскипяченную до 80 °С воду. (Воды необходимо взять 70 л).

Засыпанные в воду сухари оставляют на 1,5 ч в теплом месте, периодически помешивая. Полученный настой (сусло) сливают в другую посуду, сухари вновь заливают теплой водой в количестве 5 л и оставляют еще на 1,5 ч для вторичного настаивания. После этого сусло сливают и соединяют с первым настоем.

В сусло добавляют сахар и дрожжи, разведенные небольшим количеством того же сусла. Сахар рекомендуется добавлять в сусло в виде сгущенного сиропа. Для улучшения вкуса кваса в сусло добавляют настой мяты или мятную эссенцию.

Температура сусла при закладке дрожжей в течение всего процесса брожения должна быть 23—25 °С. Квас бродит 8—12 ч.

Для получения коричневой окраски кваса добавляют сахарный колер (сахар, уваренный до темно-коричневого цвета).

В летнее время квас после брожения охлаждают до 10—12 °С, затем разливают в промытые и прошпаренные бочки, которые закупоривают и хранят в холодном месте при температуре не выше 10 °С. Выдерживают квас в бочках не менее суток.

## Квас суточный

На 1 кг ржаных сухарей: 600 г патоки, 2 ст. ложки дрожжей, 1 ст. ложку пшеничной муки, изюм.

Ржаные сухари кладут в кадочку, наливают 11 л кипятка, сверху прикрывают плотной салфеткой и оставляют, пока жидкость не станет теплой. Затем ее процеживают через марлю, не выжимая, добавляют патоку, размешивают, чтобы не осталось на дне, и вливают в эту жидкость дрожжи, разведенные пшеничной мукой. Сусло ставят на 12 ч в теплую комнату, утром процеживают и разливают в бутылки, положив в каждую по 2 изюминки. Бутылки закупоривают и переносят в холодное место на 2 суток.

## Квас суточный с лимоном

На 1,5 кг ржаного, нарезанного кусочками, хорошо высушенного хлеба положить в кадочку, влить 13 л кипятка, накрыв салфеткой, дать постоять 8 ч. Потом слить чистый квас в другую кадку, положить 50 г дрожжей, 400 г сахара,  $\frac{1}{2}$  лимона, нарезанного ломтиками.

Дать постоять 8 ч, процедить и разлить в бутылки, бросив в них по 1—2 изюминки. Плотно закупорить и оставить на 8—10 ч в теплом месте.

## Квас из яблок

1 — 1,5 кг яблок, 500 г сахарного песка, 5 л воды.

Упавшие с дерева яблоки собирают, вырезают порченые места, моют, складывают в чистую емкость с краном и заливают доверху кипятком. Бочку закупоривают и оставляют квас бродить 4—6 недель в холоде. После каждого забора кваса в бочку вливают столько же охлажденной кипяченой воды. Перед употреблением в квас добавляют сахарный песок.

## Марфин квас

На 3,2 кг низкосортной муки: 800 г ржаного солода, 50 л воды, 300 г хмелевых дрожжей.

Муку с солодом разводят в воде, чтобы получилось жидковатое тесто, и ставят в чугунах в хорошо протопленную русскую печь на 2 суток, чтобы смесь упрела. Затем ее перекалывают в кадку, доливают прокипяченную горячую воду и тщательно размешивают. Полученный затор охлаждают и заквашивают хмелевыми дрожжами. Закрывают плотно крышкой и оставляют при комнатной температуре еще на сутки для брожения. Молодой квас сливают в бочку, помещенную в прохладном погребе, и закупоривают как можно плотнее, чтобы задержать образующиеся при дальнейшем брожении газообразные продукты. Если квас хорошо приготовлен, он отличается приятным кислым вкусом и сильно пенится.

Для приготовления хмелевых дрожжей 600—800 г хмеля варят в небольшом количестве воды. Затем отвар темно-бурого цвета процеживают и после охлаждения до 40—45 °С прибавляют к нему низкосортную

пшеничную или ржаную муку, замешивают густое тесто, дают ему остыть и заквашивают дрожжами. Когда тесто начинает бродить, его время от времени размешивают. перебродившие дрожжи готовы к употреблению. Небольшое количество этих дрожжей оставляют для заправки следующей порции кваса. Оставленные дрожжи хранят в погребе, желательнее в глиняной посуде.

### **Сухарный квас**

На 15 бутылок готового кваса: 1,6 кг ржаных сухарей, 4—6 стаканов сахара, 9 л воды, 20 г дрожжей, 20 г мяты, 2 ст. ложки муки, изюм.

Хорошо засушенные сухари кладут в кадку, добавляют мяту и заливают все кипятком, после чего плотно закрывают и оставляют на сутки. После этого квас осторожно процеживают через частое сито, растворяют в небольшом количестве кваса сахар, кипятят его и горячим вливают в остальной квас, сразу кладут дрожжи (пока квас теплый).

Дрожжи подготавливают так: 1 столовую ложку муки разводят в  $\frac{1}{2}$  стакана теплой воды, кладут дрожжи и размешивают.

Квас ставят в теплое место и оставляют, пока он не забродит (на поверхности появится пена). Как только квас забродит, его процеживают через салфетку и разливают в бутылки, кладя в каждую по изюминке. Бутылки закупоривают, завязывают и выносят на холод.

Через 2 суток квас уже можно пить, но он бывает лучше, когда постоит дольше.

### **Дорожный квас**

На 10 л воды: 0,5 кг ржаных сухарей, 400 г сахарного песка, 20 г дрожжей, 5 г мяты, 30 изюминок.

Ржаные сухари пропускают через мясорубку или толкут, заливают горячей кипяченой водой. Посуда должна быть или стеклянной, или эмалированной: в алюминиевой посуде заваривать сухари и готовить квас нельзя.

Залитые горячей водой и перемешанные сухари ставят на 1—2 ч в теплое место и время от времени помешивают. Полученное сусло сливают в чистую посуду так, чтобы не попала гуща.

В сусло кладут сахар и разведенные дрожжи. Через 10—12 ч выдержки при комнатной температуре получится молодой квас. Его процеживают через марлю и разливают в бутылки из-под шампанского. В каждую бутылку кладут по 2 изюминки и немного мяты (примерно 0,5 г). Бутылки следует плотно закупорить, выдержать 2—3 ч при комнатной температуре и поставить в холодильник или другое холодное место.

Квас насыщен газом, как шампанское, поэтому открывайте бутылки осторожно.

## Квас окрошечный скороспелый

1 кг ржаного хлеба, 7 л воды,  $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка,  $\frac{1}{3}$  палочки прессованных дрожжей, 2 ст. ложки муки.

Ржаной хлеб нарезают мелкими ломтиками, подсушивают так, чтобы сухари подрумянились. После этого кладут их в кастрюлю, заливают кипятком, накрывают крышкой и дают настояться в течение 3—4 ч. Настой процеживают, добавляют сахарный песок и дрожжи. Дрожжи предварительно разводят в теплой воде с добавлением муки и дают им постоять в течение 1 ч.

Квас ставят в теплое место, выдерживают в течение 4—5 ч. Готовый квас разливают в посуду или закупоривают, ставят в холодное место.

## Купеческий квас

На 1 кг сухарей из солодового ржаного хлеба (несоленого): 600 г сахара, 50 г мяты, 20—30 г изюма, 40 г дрожжей.

Сухари заливают 15 л крутого кипятка и настаивают 4—5 ч. Настоенное прозрачное сусло осторожно сливают в чистую посуду, 24 охлаждают, добавляют сахар, настой мяты, дрожжи и оставляют бродить.

Сброженное сусло разливают в бутылки, куда кладут 1 или 2 изюминки и, не закупоривая, выдерживают при комнатной температуре до тех пор, пока в квасе не станут подниматься пузырьки углекислоты.

Бутылки с квасом закупоривают пробками, горлышко обвязывают проволокой и укладывают на ледник. Через 1—2 суток квас готов.

Подобный квас предпочитали посетители Купеческого клуба на Дмитровке в Москве. В последней четверти XIX века этот клуб славился своими квасами и фруктовыми водами.

## Дмитровский квас

На 1 кг ржаных сухарей: 1,2 кг сахара, 40 г дрожжей, 4 г настоя мяты, 15—17 л воды.

Засушенные сухари из ржаного хлеба дробят на мелкие кусочки (но не толкут) и засыпают в кипяченую, охлажденную до 80 °С воду. Замоченные сухари оставляют на 1—2 ч в теплом месте, периодически помешивая. Полученное сусло процеживают, оставшиеся сухари вновь заливают водой (10—12 л) и настаивают. Оба настоя соединяют, добавляют сахар, дрожжи, разведенные в небольшом количестве сусла, мяту. Квас оставляют для брожения в теплом месте при температуре 23—25 °С на 8—12 ч. Чтобы получить квас темно-коричневого цвета, в него добавляют жженку из сахара.

Готовый квас охлаждают до температуры 10—12 °С, разливают в бутылки, закупоривают и выдерживают на холоде не менее суток.



### **Ладожский квас**

На 1 кг ржаных сухарей: 10—12 л воды, 200 г сахара, 10—15 г изюма, 2—3 г мяты, 15 г дрожжей.

Сухари заливают крутым кипятком, укутывают посуду теплым одеялом и настаивают в течение суток. Затем настой процеживают через частое сито, салфетку или марлю.

Промытый изюм, сахар, мяту заливают небольшим количеством сусла, доводят до кипения и выливают в процеженный настой. Когда он остынет до температуры 35—37 °С, вливают разведенные дрожжи и оставляют бродить, накрыв посуду салфеткой.

Как только на поверхности кваса появится белая пена, его процеживают через салфетку, разливают в бутылки, плотно закупоривают и пробки перевязывают шпагатом. Бутылки кладут на 12—18 ч на лед, в холодное помещение или холодную воду. В готовый квас можно добавить сахар.

### **Серафимин квас**

На 200 г ржаных сухарей: 3 л кипятка, 200 г патоки, 1 ч. ложку дрожжей,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки пшеничной муки, изюм.

Ржаные сухари заливают кипятком, остужают до температуры парного молока и процеживают, но не выжимают. Прибавляют темную патоку, дрожжи, разведенную теплой водой муку и выдерживают в теплом месте 12 ч. Процеживают в бутылки, кладут в каждую по 1—2 изюминки, закупоривают и ставят на 3—4 суток в холодное место.

### **Орловский квас**

На 3 л воды: 1 кг ржаных сухарей, 200 г сахара, 20 г дрожжей, 50 г изюма.

Ржаные сухари заливают кипятком, затем охлаждают, процеживают, добавляют сахар и хорошо вымешивают. Добавляют дрожжи, ставят в теплое место для брожения на 12 ч. Потом переливают в бутылки, добавляют изюм и ставят в холодное место. Через 2 суток квас готов.

### **Квас из концентрата**

На 5 л напитка: 450 г концентрата квасного сусла или концентрата кваса, 15 г прессованных дрожжей, 55 г сахара, 4,5 л воды.

Концентрат квасного сусла разводят кипяченой теплой водой. Дрожжи также разводят теплой кипяченой водой и через 20—30 мин соединяют с разведенным концентратом. Добавляют сахар и оставляют на 5—6 ч для брожения при температуре 20 °С. Готовый квас процеживают.

## Квас из экстракта сухого хлебного кваса

На 5 л напитка: 500 г экстракта сухого хлебного кваса, 200 г сахара, 25 г прессованных дрожжей, 50 г изюма, 6 л воды.

Экстракт хлебного кваса заливают горячей кипяченой водой (5 л), закрывают посуду крышкой и настаивают 2—3 ч. Затем процеживают, вводят разведенные теплой кипяченой водой дрожжи и сахар, добавляют изюм и ставят для брожения.

## Квас из сухого хлебного кваса

**1-й способ.** На 10 л кваса: 350 г сухого хлебного кваса, 12 л воды, 300 г сахара, 75 г мяты, 45 г дрожжей.

Сухой хлебный квас засыпают при непрерывном помешивании в 7 л воды, вскипяченной и охлажденной до 80 °С, и оставляют на 1—1,5 ч в теплом месте, периодически помешивая. Сусло сливают, а оставшийся на дне сухой квас снова заливают 5 л воды и вторично настаивают 1—1,5 ч. В сусло после первого и второго настаивания добавляют сахар, мяту (по желанию) и дрожжи, разведенные небольшим количеством сусла. Температура сусла при введении дрожжей должна быть 23—25 °С. При этой же температуре происходит процесс брожения. После 8—12 ч квас процеживают и охлаждают.

**2-й способ.** На 100 г сухого хлебного кваса: 2 л воды,  $\frac{1}{4}$  стакана сахарного песка, 5 г дрожжей, 20 г изюма.

Сухой хлебный квас заливают горячей кипяченой водой (но не кипятком), размешивают, накрывают крышкой и оставляют на 6—7 ч. Затем настой процеживают через марлю, добавляют сахарный песок, дрожжи (предварительно разведенные настоем кваса), промытый изюм.

Квас оставляют на 10—12 ч в теплом месте, после чего процеживают, разливают в стеклянную посуду, плотно закрывают и охлаждают.

## Солодуха

250 г ржаной муки, 50 г меда, 10 г закваски.

Муку тонкого помола заваривают горячей водой и размешивают до получения очень жидкого теста. Затем тесто взбивают и ставят в теплое место при температуре 35—40 °С. После этого тесто слегка остужают, выливают в дежу (квашню) с остатками прежнего ржаного теста и кладут кусок старой закваски. Добавляют мед, размешивают, сверху слегка посыпают мукой, закрывают полотенцем и ставят в теплое место. Когда тесто начнет бродить, его разливают по горшкам, плотно закрывают и помещают в теплую печь на 10—12 ч. Горячие горшки с солодухой быстро охлаждают, выставив на сильный мороз или погрузив в снег, снова ставят в печь и так повторяют 3 раза.

## Квас на опаре

На 1 буханку хлеба:  $\frac{1}{2}$  палочки дрожжей, 1 ст. ложку сахара, горсть муки.

Все компоненты смешивают, разводят в 1 л кипяченой воды. Когда опара подойдет, выливают в теплую воду.

## Брага безалкогольная

На 100 л браги: 6 кг сахара (из них 1 кг на колер), 3,5 кг сухого кваса, 2,5 кг ржаного солода, 100 г хмеля, 20 г дрожжей.

Сусло готовят так же, как для хлебного кваса. За время настаивания и охлаждения сусла готовят хмелевой отвар, дрожжевую закваску и сахарный сироп.

Для приготовления хмелевого отвара хмель кипятят в воде (из расчета 0,1 кг хмеля на 2 л воды) в течение 50 мин, затем охлаждают и отжимают через марлю. В охлажденное сусло добавляют отвар хмеля, сахарный сироп и дрожжевую закваску, хорошо перемешивают и оставляют для брожения на 3—4 суток в помещении с температурой 10—20 °С. По окончании брожения брагу разливают в подготовленные бочки. Вкус и аромат готовой браги хлебно-хмелевой.

## Видземский напиток

На 1 кг ржаной муки грубого помола: 25—50 г сахарного песка, 25 г дрожжей, 0,5 л простокваши, 12—15 л воды.

Муку заливают 2 л горячей (90 °С) кипяченой воды и замешивают жидкое тесто. Затем, взбивая веселкой, пока тесто не станет светлым и пенистым, подливают оставшуюся кипяченую воду и охлаждают до 20—25 °С. Добавляют разболтанную простоквашу, сахар, разведенные дрожжи, выливают в посуду (лучше всего в дубовый бочонок с пробкой) и квасят в теплом месте 10—12 ч при температуре 18—20 °С. Потом ставят в прохладное место и держат там, пока на поверхности не образуется прозрачная жидкость, а внизу не осядет мучной осадок. Жидкость сцеживают и пьют как прохладительный напиток.

Чтобы получить большее количество напитка, к части мучного осадка (закваске) добавляют муку, размешанную в воде, и настаивают 4—6 ч. Так повторяют 2—3 раза, затем снова готовят напиток описанным выше способом.

## КВАС-ЩИ

Читая произведения писателей прошлого, нередко можно встретить такие, по сегодняшним понятиям, нелепые фразы: «...запил обед бутылкой щей, в которую с вечера бросил изюминку (ради брожения приятного)» или «напenea кружку кислых щей».

Что же это за щи такие, которыми можно «напенить кружку»? Оказывается, это не что иное, как разновидность хлебного шипучего кваса. В книге «Москва и москвичи» В. А. Гиляровский пишет, что в уже упомянутом Купеческом клубе на Дмитровке подавали «кислые щи — напиток, который так газирован, что его приходилось закупоривать в шампанки, а то всякую бутылку разорвет». Повар клуба, десятипудовый Ленечка, говорил: «Кислые щи в нос шибают, а хмель вышибают!» — и пил этот напиток пополам с замороженным шампанским.

Также у Н. В. Гоголя в «Мертвых душах» Чичиков просит в трактире бутылку кислых щей. А готовили их так.

### Федотын квас

По 3,2 л пшеничного и ячменного солода, по 2 кг пшеничной и гречневой муки, 37 л воды, 1 стакан дрожжей, изюм.

В кадку всыпают пшеничный и ячменный солод, муку пшеничную и гречневую и все это заваривают кипятком. Через 5 ч разводят тремя ведрами кипятка, размешивают и ставят на лед. Небольшим количеством этого сусла разводят 1 стакан дрожжей и, когда сусло остынет, вливают в него дрожжи и ставят в теплое место.

Когда щи забродят, их процеживают, разливают в бутылки, кладут в них по 2 изюминки, закупоривают и ставят в холодное место.

### Квас «кислые щи» с медом

На 4 л остуженного кипятка: 500 г пшеничной муки, 40 г гречневой муки, 40 г овсяной муки, 250 г ячменного солода,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки жидких дрожжей, 60 г патоки, 40 г меда.

Солод, пшеничную, гречневую и овсяную муку при перемешивании заливают кипятком до образования густой массы. Когда масса подойдет, в нее добавляют остальное количество кипятка, размешивают и дают отстояться. Затем прозрачное сусло сливают и перемешивают с патокой и медом, предварительно подогретыми до температуры 45 °С для уменьшения вязкости. В эту смесь вносят жидкие дрожжи и оставляют для брожения.

Когда квас забродит, его разливают в бутылки, закупоривают пробками, выдерживают в теплом месте, а затем выносят на холод.

## Московские кислые щи

1 кг ржаного или пшеничного солода, 1 кг пшеничной муки, 600 г гречневой муки, 1 кг меда, 10 г мяты, 50 г дрожжей, 35 л воды.

Из хлебных продуктов и 8—9 стаканов крутого кипятка замешивают густое тесто и оставляют его в теплом месте. Когда тесто подойдет, его заливают кипящей водой, тщательно размешивают и дают отстояться.

После этого прозрачное сусло осторожно сливают и размешивают с медом и настоем мяты. Вливают закваску дрожжей и оставляют для брожения.

Как только сусло забродит, молодой квас разливают в бутылки, закупоривают их пробками, обвязывают пробки проволокой и выдерживают в теплом месте 10—12 ч. Затем выносят на ледник. Через 3 суток квас готов.

## Московский квас

Этот простой в приготовлении напиток раньше был широко распространен, а сейчас незаслуженно забыт, хотя он очень полезен и вкусен. Называется он «квасом», но получается не в результате брожения дрожжей. Сахар в него добавляют в стакан по вкусу, непосредственно перед употреблением.

Хороши московские квасы из яблок, малины, клубники, красной смородины, рябины, груш, вишен, брусники и других ягод и фруктов.

Для приготовления кваса берут один вид плодов или ягод, летом это может быть малина, клубника, барбарис, вишня, красная смородина. Чтобы московский квас удался, надо использовать только зрелые и абсолютно свежие плоды и ягоды, гнилые и мятые приводят к брожению напитка.

Московский квас лучше всего делать в стеклянных бутылках или банках, кроме малинового и клубничного — для них нужны маленькие бочонки с небольшими круглыми отверстиями и затычкой у самого дна.

Плоды и ягоды промывают. На дно настилают слой промытой и высушенной соломы или любого фильтрующего материала толщиной 4—5 см. Отверстие в бочонке должно быть ниже верхнего края соломенной прокладки. Чистые перебранные ягоды засыпают в бочонок почти доверху, заливают холодной кипяченой водой и ставят в погреб или другое холодное место. На 2—3 суток напиток готов. Образовавшаяся в бочонке ягодная мякоть фильтруется через марлю и напиток получается прозрачным.

## Ленечкин квас

0,5 кг солода из ржаной муки, 0,5 кг пшеничной муки, 0,3 кг гречневой муки, 0,5 кг меда, 5—6 г мяты, 18 л воды.

В солод и муку вливают 4—5 стаканов крутого кипятка, замешивают тесто для хлеба и оставляют в тепле на 2—3 ч. Когда оно подойдет, разводят

17 л кипяченой воды, размешивают и дают отстояться. Прозрачное сусло осторожно сливают в другую посуду, смешивают с медом, добавляют полстакана дрожжевой закваски и ставят на брожение.

Когда сусло забродит, квас разливают в бутылки, закупоривают их пробками и обвязывают проволокой. Бутылки выдерживают в теплом месте одну ночь, чтобы квас добродил, и выносят на холод. Через 3 суток квас готов. Оставшуюся гущу можно еще раз залить кипятком и настоять.

### **Петровский квас**

На 5 л кваса: 800 г ржаных сухарей, 20—25 г дрожжей, 500 г сахара (по вкусу), по 100 г тертого хрена и меда, 4 л воды.

Сухари заливают кипятком и оставляют на 2 ч. Затем процеживают через сито. Добавляют дрожжи и сахар. Квас выбраживает 5—6 ч. В готовый напиток добавляют хрен, смешанный с медом, разливают в емкости и ставят на холод. Лучше всего подавать этот квас к мясным блюдам. По желанию в него можно добавить специи, немного сушеной мяты, можно подавать с кубиками пищевого льда.

### **Кислые щи петровские**

2,5 кг пшеничной и 1,5 кг гречневой муки, 0,5 кг ячменного солода, 50 г дрожжей, 10 г мяты, щепотка соли, 3,5 л воды.

Муку и солод разводят в горячей воде, мешая, пока все комья полностью не разойдутся. Затем заливают крутым кипятком и еще раз размешивают. Заливают холодной водой и ставят в холодное место, чтобы осадок опустился на дно.

Отстоявшееся сусло сливают в другую емкость, кладут дрожжи и мяту. После закисания разливают в бутылки (или банки), положив в каждую щепотку соли. Хранят щи в прохладном месте.

### **Квас бабушки Нины**

409 г изюма, 5 лимонов, 35 или 36 бутылок воды, 1,6 кг патоки, 1 ч. ложку дрожжей, 3 ст. ложки муки.

Перебранный изюм кладут в кадочку, добавляют нарезанные кружками лимоны и обливают патокой. Затем заливают 30 бутылок кипятка и, когда остынет, кладут дрожжи, разведенные с мукой. На другой день прибавляют еще 5 или 6 бутылок холодной воды. Когда изюм с лимонами всплывут на поверхность, их снимают, квас разливают в бутылки, закупоривают и ставят на холод.

### **Квас густой с изюмом**

1 кг сухарей из ржаного хлеба, 4 л воды, 1 стакан сахарного песка,  $\frac{1}{4}$  палочки дрожжей, 2 ст. ложки изюма.

Сухари из ржаного хлеба заливают кипятком и охлаждают. Процеживают, добавляют сахарный песок, дрожжи и хорошо размешивают. После этого ставят в теплое место на 12 ч для брожения, переливают в бутылки, добавляют изюм и ставят на 2 суток в холодное место.

### **Квас с изюмом**

1 кг сухарей из ржаного хлеба, 8 л воды, 3 стакана сахарного песка или патоки, 1 ст. ложку изюма,  $\frac{1}{3}$  палочки прессованных дрожжей.

Сухари из ржаного хлеба дробят, заливают горячей водой, тщательно размешивают и настаивают не менее 3—4 ч. Осветленное сусло осторожно сливают в другую посуду, добавляют в него патоку или сахар и дрожжи. Все тщательно перемешивают и оставляют для брожения на 3—4 ч. Молодой квас разливают в бутылки, в каждую добавляют по изюминке и выдерживают при комнатной температуре до появления пузырьков углекислоты. Бутылки с молодым квасом закупоривают и выносят на холод, где выдерживают в горизонтальном положении сутки.

### **Квас с изюмом и мятой**

1 кг сухарей из бородинского хлеба, 10 л воды, 4 стакана сахарного песка, 3 ст. ложки настоя мяты (из 50 г мяты) или 1 ст. ложку мятной эссенции, 2 ст. ложки изюма,  $\frac{1}{4}$  палочки прессованных дрожжей.

Сухари из бородинского хлеба заливают крутым кипятком и настаивают не менее 3—4 ч, после этого сусло сливают в другую посуду, охлаждают, добавляют сахарный песок, настой мяты или мятную эссенцию, дрожжи и оставляют на 3—4 ч для брожения. Сброженное сусло разливают в чистые бутылки, в которые добавляют по 2 изюминки и, не закупоривая, выдерживают при комнатной температуре до тех пор, пока в квасе не начнут подниматься вверх пузырьки углекислоты. Бутылки с молодым квасом закупоривают и выносят в холодное помещение, где выдерживают в горизонтальном положении 1—2 суток.

### **Сыровец**

Ржаные отруби из пресного теста высушивают, ломают на куски и кладут в кадку. Добавляют кипятком, чтобы хлеб был залит водой, и оставляют на 6 ч, помешивая. Затем кладут кислое тесто из дежи, оставшееся от выпечки хлеба, и оставляют на сутки. перебродивший квас разводят холодной водой и отстаивают.

## **Солдатский квас** (рецепт XVIII века)

**1-й способ.** Ржаной хлеб (1 кг) нарезают на кусочки и, высушив до румяности, кладут в чистую кадку и заливают кипятком (7 л), чтобы покрыть сухари и, завязав чистым полотенцем, оставляют на сутки. На другой день кладут 20 г разведенных в теплой воде дрожжей, размешивают и выносят на холод, накрыв кружком. Употребляют сыровец, когда он закиснет, причем ежедневно доливают такое количество воды, какое было взято.

**2-й способ.** 5 кг пшеничных отрубей заливают горячей водой в чистой кадушке, чтобы они покрылись водой, перемешивают и оставляют в теплом месте на несколько суток. Когда сыровец закиснет, его процеживают и выносят на холод.

## **Донецкий квас**

На 1 л хлебного кваса: 10 г душицы.

Душицу в марлевом мешочке опускают в подготовленный для сбраживания квас на 10—12 ч.

## **Квас южный**

За 3—5 ч до готовности в квас на 1 л добавляют отвар из 10—20 можжевельных ягод.



## МЕДОВЫЕ КВАСЫ (МЕДЫ)

В старину «медами» называли в домашнем обиходе квасы, приготовляемые из натурального пчелиного меда. Медовые квасы сохраняют все целебные свойства меда. Они вкусные и ароматные, превосходно утоляют жажду, благотворно влияют на нормальное течение процессов пищеварения, обмена веществ.

Медовые квасы полезны выздоравливающим людям или больным, страдающим малокровием.

Приготовление медовых квасов аналогично приготовлению хлебных квасов с той лишь разницей, что в качестве исходного сырья для приготовления сусла берут натуральный пчелиный мед.

Для приготовления медовых квасов применяют следующие продукты: натуральный мед, сахар, кардамон, имбирь, гвоздику, ваниль, малину, клюкву, смородину, можжевельные и другие ягоды. Дрожжи лучше всего брать винные, а если их нет, то 5—10 гранул (на бутылку) квасных дрожжей.

Для получения медовых квасов необходимо приготовить медовое сусло.

Сусло для них не кипятят. Мед разводят водой в соотношении 1:6 и сдабривают различными приправами. Допустима частичная

замена меда сахаром (1:1). Для ставленного меда необходимо часть воды заменить соками из ягод.

Ставленный мед с водой, приправами и соками после смешивания сбраживают.

Более стойкие в хранении вареные квасы.

Сусло для вареного медового кваса готовят так же, но кипятят в течение 2—4 ч, пока оно не станет светлым. После этого сусло охлаждают, процеживают через ткань и оставляют для сбраживания. Добавляют соки после кипячения и охлаждения меда.

Процесс сбраживания сусла ведут дрожжевым или бездрожжевым способом. При дрожжевом способе в сусло вводят винные дрожжи (с изюмом); при бездрожжевом способе брожение происходит самопроизвольно. Для этого теплое сусло с соками ягод или фруктов выдерживают в помещении 8—12 ч. Обычно брожение ведется в открытой посуде. Начало брожения характеризуется появлением на поверхности сусла белой пены, переходящей затем в пузырчатую. Конец главного брожения (бурного) определяют по исчезновению пены. Молодой медовый квас закрывают и выносят на ледник или в холодный погреб для медленного дображивания и созревания на холоде в течение 1—2 месяцев (чем дольше, тем лучше).

Чтобы медовый квас получился вкусным, ароматным, прозрачным и более стойким, его сбраживают при пониженной температуре. Выше 12—15°C поднимать температуру бродящего сусла не следует, а его дображивание и созревание ведут при температуре 2—4°C, чтобы не образовывались продукты, резко снижающие достоинства кваса.

Дрожжевой медовый квас готовят почти так же, как и бездрожжевой, но только перед главным брожением в сусло вводят винные или квасные

дрожжи (100 г на 20 л сусла). Брожение сусла в этом случае протекает 1—3 суток, а дображивание — 2—4 недели, выдержка — 1—2 месяца. После розлива в бутылки его хранят не более 2 недель. Дрожжевой квас не такой стойкий, как бездрожжевой.

После дображивания и созревания медовый квас фильтруют через ткань, разливают в бутылки, лучше из-под шампанского, закупоривают и пробку обвязывают проволокой. Бутылки с квасом помещают в горизонтальном положении на холоде.

### **Квас медовый**

На 800 г меда: 5 л воды, 25 г дрожжей, 200 г лимона.

Мед заливают кипятком и размешивают. Когда жидкость остынет до комнатной температуры, добавляют дрожжи, разведенные теплой кипяченой водой, мелко нарезанные лимоны и оставляют бродить.

### **Ставленый мед из черной смородины**

Мед и свежееотжатый сок черной смородины смешивают в равных количествах. Смесь сливают в стеклянную бутыл, дают выбродить в теплом месте 8—10 суток. После этого процеживают через фланелевую ткань, переливают в чистую посуду и ставят в холодильник или на ледник на 6 месяцев. Когда муть осядет, прозрачный квас разливают в бутылки, закупоривают. Хранят на холоде.

### **Малиновый медовый квас**

1 кг меда, 1 стакан малинового сока, 5 л воды, 100 г белого хлеба, 50 г жидких дрожжей.

Варят мед с водой. Профильтровывают через плотную ткань, сливают в эмалированную посуду, добавляют белый хлеб, жидкие дрожжи, ставят в теплое место для брожения и снимают образующуюся при этом пену. После брожения удаляют хлеб, в сусло вводят малиновый сок. Смесь процеживают, переливают в бочонок, плотно закупоривают (обмазав пробку глиной) и переносят его в холодное место. Через 12 суток мед сцеживают в бутылки, осмаливают и хранят на холоде.

Таким же способом можно приготовить медовые квасы с другими соками.

### **Смородиновый медовый квас**

1 кг меда, 2 л сока красной смородины, 1 ч. ложку виннокаменной кислоты, 5 л воды.

Сок красной смородины процеживают в эмалированную посуду, добавляют мед, кипятком, виннокаменную кислоту, хорошо все перемешивают и оставляют для брожения в теплом месте. Когда интенсивное брожение спадет и квас станет прозрачным, его процеживают, разливают в бутылки, закупоривают. Хранят на холоде 45—60 суток.

### **Квас к водочке**

400 г изюма, 5 лимонов, 1 кг меда, 8—12 л воды, 1,4 кг муки, 20 г дрожжей.

Изюм, лимоны, нарезанные ломтиками, и мед кладут в 10—15-литровую емкость и заливают на  $\frac{3}{4}$  кипяченой охлажденной водой. Добавляют опару из муки и дрожжей. На следующий день доливают холодной водой доверху. Когда изюм и лимоны поднимутся, их снимают, а квас разливают в бутылки и хранят в прохладном месте.

### **Квас к коньяку**

800 г меда, 200 г лимонов, 10 г дрожжей, 4 л воды.

Мед заливают кипятком, размешивают до полного растворения и охлаждают до температуры 35—40 °С. Добавляют дрожжи, лимонный сок, цедру от 1—2 лимонов, ошпаренную кипятком для удаления горечи, и оставляют бродить.

### **Антонинин квас**

На 5 л напитка: 800 г меда, 25 г прессованных дрожжей, 200 г лимонов, 4 л воды.

Мед заливают кипятком, размешивают и, когда он остынет до комнатной температуры, кладут дрожжи, разведенные теплой кипяченой водой. Добавляют мелко нарезанные лимоны и ставят для брожения.

### **Квас царский**

250 г меда, 1 л воды, 5 г дрожжей,  $\frac{1}{2}$  лимона (или лимонная кислота).

Воду кипятят, добавляют 150 г меда, размешивают, затем охлаждают до 20—25 °С, добавляют сок лимона или лимонную кислоту, разведенные дрожжи и квасят 8—10 ч. К квасу добавляют оставшийся мед, охлаждают, разливают в бутылки и помещают в прохладное место. Через 2—3 суток квас готов,

## **ФРУКТОВЫЕ КВАСЫ**

Наряду с хлебными квасами в больших количествах готовили в России фруктовые и ягодные. Популярны были квасы из свежих яблок, клюквы, груш, брусники, малины, сливы, изюма, морошки. При изготовлении этих напитков сбраживали чистые соки, а также измельченные плоды и ягоды.

Отличительной особенностью российских фруктовых квасов было минимальное содержание алкоголя (1—3%), в то время как во Франции, Англии, Дании, Германии, Венгрии и других странах Западной Европы делали более крепкие квасы (3—6%).

Готовят фруктовые квасы следующим образом. Вначале обрабатывают фрукты и ягоды. Яблоки, груши и другие крепкие семечковые плоды измельчают, а ягоды (клюкву, рябину, бруснику и др.) раздавливают в деревянном лотке или эмалированной кастрюле деревянной толкушкой. Мягкие ягоды (малину, землянику) закладывают в бродильную посуду в целом виде. Сушеные ягоды и фрукты настаивают в воде в течение суток. 36

Подготовленные фрукты или ягоды помещают в стеклянные бутылки, деревянные или эмалированные емкости (желательно с ложным дном и краном для сцеживания). Сладкими ягодами посуду заполняют полностью, а кислыми (клюквой, рябиной, терном) — наполовину и доливают прохладную кипяченую воду. Посуду с фруктами ставят в холодное место для брожения. В теплом помещении брожение проходить не должно.

Через 2—3 суток квас готов. Его осторожно сливают в чистую посуду, а фрукты снова заливают водой и получают новую порцию кваса. Перед розливом в бутылки в квас добавляют мед, сахар, пряности. Хранят его в холодильнике или погребе.

### **Квас с фруктовым соком**

10 ст. ложек концентрата квасного сула,  $1\frac{2}{3}$  стакана сахарного песка, 6—7 г дрожжей, 5 л воды, 500 г фруктового сока.

Квас готовят так же, как хлебный, но перед брожением добавляют фруктовый сок (яблочный, апельсиновый, мандариновый и т. п.).

### **Квас из фруктового сока**

На 1 л сока: 10 л воды, 500—700 г сахара, 20—30 г дрожжей.

Этот квас можно приготовить из любого концентрированного сока, лучше кислого.

В горячую кипяченую воду наливают сок, кладут по вкусу сахар. Когда сок остынет, добавляют дрожжи (или настоящий изюм) и размешивают. Ставят в теплое место, затем разливают в бутылки, укупоривают и хранят на холоде.

### **Августинин квас**

На 0,5 л фруктового сока: 500—700 г сахара, лимонная кислота по вкусу, 20—30 г дрожжей, 10 л воды.

В кипяченую воду добавляют сахар, сок и охлаждают. Дрожжи растирают с сахаром и размешивают с квасом, ставят в теплое место на 10—15 ч, затем разливают в бутылки и плотно закупоривают. Через 3 суток квас готов.

### **Фруктовый квас**

На 2 кг фруктовых очисток: 12 л воды, 800 г сахара, 25 г корицы, 2 стакана жидких дрожжей, изюм.

После переработки фруктов остаются кожура и сердцевина плодов, семечки и другие очистки, из которых можно приготовить квас.

Фруктовые очистки заливают крутым кипятком и выдерживают при комнатной температуре 3 суток. Варят сироп из сахара с корицей и выливают в замоченные очистки. Прибавляют жидкие дрожжи, перемешивают и ставят на 3 суток в холодное место. После этого еще 2 суток выдерживают при комнатной температуре.

Когда квас начнет пениться, его процеживают через полотно или несколько слоев марли, охлаждают, разливают в бутылки, положив в каждую 1—2 изюминки. Бутылки закупоривают, выдерживают 1—2 суток при комнатной температуре, затем выносят на холод. Через 7 суток квас готов.

### **Вишневый квас**

На 4 кг спелой вишни: 300 г сахара, 35—40 г изюма, 8 л воды.

Слегка промытые, очищенные от косточек вишни кладут в эмалированную кастрюлю, заливают водой в соотношении 1:2 и кипятят до тех пор, пока вода не станет темно-красной. Горячий сок фильтруют через несколько слоев марли в эмалированную, стеклянную, а лучше деревянную емкость. Добавляют сахар, изюм и накрывают полотном. Когда сок начнет бродить, его разливают в бутылки.

### **Квас из диких груш**

Берут 20-ведерную бочку, приделывают к ней кран и в середине сентября помещают ее в погреб в лежачем положении. Насыпают через воронку 4 больших мешка хороших крепких кислиц, 2—3 мешка лесных, немного улежавшихся (зеленых) груш и 2—3 ведра крепкого лесного терна. Фрукты заливают холодной водой, а отверстие закрывают пробкой. Когда квас готов, то, наливая его через кран, в воронку доливают такое же количество холодной воды.

## Грушевый квас

На 1,5 кг груш: 600—800 г сахара, лимонная кислота по вкусу, 20—30 г дрожжей, 30 г изюма, 8—10 л воды.

Груши нарезают тонкими ломтиками, посыпают сахаром и слегка раздавливают. Заливают кипяченой теплой водой, добавляют лимонную кислоту по вкусу и растертые с сахаром дрожжи. Ставят в теплое место и, когда на поверхности появится пена (через 12—14 ч), процеживают через марлю и разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки. Бутылки плотно закупоривают и ставят в холодное место. Если груши ароматные, запах во время брожения усилится и в квасе будет ярко выражен.

## Апельсиновый квас

На 500 г апельсинов: 1 лимон или лимонная кислота по вкусу, 700—800 г сахара, 20—30 г дрожжей, 8—10 л воды.

Половину апельсинов очищают от корки. Все апельсины нарезают тонкими ломтиками, слегка раздавливают с сахаром, заливают кипяченой теплой водой, добавляют отжатый из лимона сок или лимонную кислоту и растертые с сахаром дрожжи.

Через 24 ч жидкость процеживают через марлю, разливают в бутылки, плотно закупоривают, оставляют на сутки при комнатной температуре. Затем переносят в холодное место.

## Яблочный квас

Известно множество вариантов приготовления этого кваса, который был особо популярен в России во второй половине XIX века и назывался «сидр». Родиной сидра считается Франция, что, кстати, подтверждает и само название напитка.

Для него лучше всего использовать кислые лесные или антоновские яблоки.

На 8—12 кг яблок: 1,5—2 кг меда или сахара, 3 ч. ложки молотой корицы, 6—8 л кипяченой воды.

Яблоки нарезают и складывают в чистый полотняный мешок, который завязывают и помещают в эмалированный бак (лучше с ложным дном). Сверху кладут деревянный кружок с грузом, заливают воду с растворенным в ней медом или сахаром, добавляют корицу. Бак покрывают чистой тканью и оставляют в погребе (леднике) бродить 4—5 недель.

Перебродивший квас осторожно сливают в чистую посуду и ставят на ледник. Мезгу снова заливают водой с медом или сахаром и через 4—5 недель сливают новую порцию кваса. После третьего сбраживания мезгу выбрасывают, а квас от всех трех порций смешивают и оставляют на леднике на 6—9 месяцев.

Хорошо перебродивший прозрачный яблочный квас разливают в бутылки, плотно их укупоривают и выдерживают на леднике еще 3—4 недели. После этого квас готов.

### **Красносельский квас**

На 1 кг антоновских яблок: 100 г сахара, 200 г меда, 30 г дрожжей, 1 ч. ложку молотой корицы, 4 л воды.

Нарезанные тонкими ломтиками яблоки складывают в эмалированную кастрюлю, заливают холодной водой и доводят до кипения. Сняв кастрюлю с огня, дают яблокам настояться 2—3 ч. Отвар процеживают через марлю, добавляют сахар, мед, дрожжи,

корицу и, накрыв полотном, оставляют в теплом месте для сбраживания. Через 2—3 суток квас снова процеживают, разливают в бутылки, плотно их укупоривают и ставят в холодильник.

### **Дачный квас**

Его готовят из самых незрелых и кислых яблок. У яблок удаляют плодоножку, немного срезают сверху и кладут в большую емкость. Заливают холодной кипяченой водой, ставят в холодное место. Через полмесяца квас будет готов. Для запаха в квас можно добавить лимонной цедры. В готовый квас кладут сахар по вкусу.

Если квас заготавливают в больших количествах в одной емкости, то, отбирая определенное количество напитка, следует доливать столько же холодной воды. Такой квас в прохладном месте может храниться длительное время.

### **Рязанский квас**

На 0,5 кг яблок: 150 г сушеных слив, 5 стаканов воды, 3—4 ст. ложки сахара, 4 г дрожжей.

Яблоки моют, нарезают тонкими ломтиками, помещают в керамическую емкость, добавляют вымытые сушеные сливы, сахар и заливают теплой кипяченой водой. К охлажденной жидкости добавляют растертые с сахаром дрожжи и ставят в теплое место. После сбраживания процеживают через марлю, разливают в бутылки, плотно закупоривают. Через 2—5 суток напиток готов.

### Смоленский квас

На 1 кг яблок (лучше антоновских): 1 стакан сахарного песка, 200 г меда, 10 г дрожжей, 1 ч. ложку молотой корицы.

Из яблок удаляют семенную **коробку**, нарезают тонкими ломтиками, заливают водой, доводят до кипения и оставляют настаиваться 2—3 ч. Отвар процеживают, добавляют сахар, мед, дрожжи, корицу и оставляют на 12—16 ч в теплом месте бродить.

Перебродившее сусло процеживают и охлаждают в холодильнике.

### Квас Елены Молоховец

На 5 л напитка: 1 кг яблок, 500 г сахара, 50 г прессованных дрожжей, 3 г лимонной кислоты, 5 л воды.

Из яблок удаляют сердцевину, нарезают, заливают водой и доводят до кипения. После 2—3 ч настой процеживают, добавляют разведенные в теплой кипяченой воде дрожжи, сахар, лимонную кислоту (разведенную в теплой воде в соотношении 1:20) и ставят бродить.

### Монастырский квас

На 1 кг яблок: 7—8 л воды.

Спелую крепкую антоновку заливают холодной водой и дают чуть закиснуть.

### Коломенский квас

8—10 кг яблок кислых сортов, 3 л воды,  $\frac{1}{2}$  стакана черносмородинового сока, 1 —  $1\frac{1}{2}$  стакана сахара или меда, 1—2 ст. ложки изюма, 10—15 г дрожжей, цедра одного лимона или апельсина, корица по вкусу.

Яблоки вместе с кожницей измельчают, заливают водой и варят на слабом огне 15—20 мин. Процеживают через два слоя марли или частое металлическое сито, охлаждают до температуры 20—25 °С, добавляют дрожжи, растертые с небольшим количеством сахара или меда, сок черной смородины, изюм, нарезанную тонкой соломкой лимонную или апельсиновую цедру и корицу. Оставляют в теплом месте на 1—2 суток, затем разливают квас в бутылки или стеклянные банки, укупоривают и хранят в прохладном месте. При подаче в стакан можно положить несколько кусочков льда.



### **Тверской квас**

На 1—1,5 кг свежих яблок: 5 л воды, 2—2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана сахара или 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub>—3 стакана меда, кусочек корицы, лимонной или апельсиновой цедры или 1<sup>1</sup>/<sub>2</sub>—1 стакан рябинового сока, изюм, 10—15 г дрожжей.

Яблоки нарезают вместе с кожурой на кусочки, варят, отвар сливают, всыпают сахар. По вкусу добавляют пряности или рябиновый сок. Смесь оставляют в теплом месте до появления пены (1—2 суток). Готовый напиток переливают в бутылки или другую плотно закрывающуюся посуду и добавляют изюм. Хранят в холодном месте. Подают к столу с кусочками льда.

### **Измайловский квас**

На 1,5 кг сладких яблок: 100 г изюма, 700—800 г сахара, 20—30 г дрожжей, 10 л воды.

В большую стеклянную или керамическую посуду кладут вымытые неочищенные яблоки, мелко изрубленные или нарезанные тонкими ломтиками; добавляют вымытый изюм, сахар и заливают кипяченой теплой водой. Когда квас остынет, прибавляют растертые с сахаром дрожжи, разливают в бутылки и плотно закупоривают. При комнатной температуре квас будет готов через 3—4 суток.

### **Курский квас**

На 700 г яблок: 3 л воды, 300 г сахарного песка, 30 г дрожжей. Нарезанные яблоки варят 3—5 мин, добавляют сахар. Когда отвар остынет до комнатной температуры, его процеживают, кладут разведенные в теплой кипяченой воде дрожжи и оставляют бродить 12—14 ч. Затем квас разливают и ставят в плотно закрытой посуде на холод.

### **Филевский квас**

На 1 кг яблок: 100 г изюма, 700—800 г сахара, 10 л воды, 20—30 г дрожжей.

Зрелые яблоки промывают, вырезают семенное гнездо, мелко нарезают и кладут в эмалированную кастрюлю. Туда же добавляют промытый изюм, сахар и заливают теплой кипяченой водой. Когда отвар остынет, добавляют дрожжи и ставят на 12 ч в теплое место. Затем процеживают, разливают в бутылки и держат на холоде.

### **Арбатский квас**

На 10 л кваса: 1,5—2 кг яблок, 3—4 стакана изюма, 4 стакана сахара, 20—30 г дрожжей.

Квас готовят из ранних сортов сладких яблок. Яблоки моют, нарезают дольками, кладут их в стеклянную или керамическую посуду, добавляют изюм, сахарный песок и заливают теплой кипяченой водой. Дрожжи растирают с небольшим количеством сахарного песка, вводят в приготовленную смесь и ставят ее в теплое место на 1—2 ч. Затем квас процеживают через марлю, разливают в бутылки, плотно закупоривают и оставляют для созревания при комнатной температуре на 3—4 суток.

### **Осенний квас**

На 5 антоновских яблок: 2,5 л воды, 10 г дрожжей, 2 стакана сахара.

Из яблок вырезают сердцевину, заливают водой и варят до тех пор, пока яблоки полностью не разварятся. Затем процеживают через марлю, добавляют дрожжи, 2 стакана воды, сахар и ставят на холод на несколько суток.

### **Квас из сушеных яблок**

На 650—800 г сушеных яблок или яблочной кожуры: 5 л кипятка, 2—2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана сахара, 10—15 г дрожжей, лимонная кислота по вкусу.

Яблочную кожуру или яблоки слегка подрумянивают в духовке и кладут в эмалированную посуду. Заливают кипятком, накрывают крышкой и остужают. Отвар сливают, добавляют в него сахар и охлаждают до 25—30 °С. Дрожжи растирают с небольшим количеством сахара, смешивают с яблочным отваром и держат в открытой посуде до появления пены. Затем напиток переливают в бутылки или другую посуду, плотно закрывают и хранят в холодном месте.

### **Квас яблочный скороспелый**

На 500 г сушеных яблок: 400 г сахара, 15 г квасного сусли, дрожжи.

Сушеные яблоки тщательно промывают, варят 30 мин, остужают, добавляют сахар, квасное сусли, дрожжи и через 2 ч подают.

### **Фруктово-ягодный квас**

На 5 л кваса: 2 л сока, 3 л воды, 800 г сахара, 50 г дрожжей.

Воду кипятят с сахаром, добавляют натуральный фруктовый или ягодный сок, охлаждают до 20 °С, затем вводят дрожжи и заквашивают. Выбродивший квас охлаждают и разливают в бутылки.

### **Квас сливовый**

На 1 кг слив: 12 г дрожжей.

Посуду вместимостью 10 л наполовину заполняют спелыми сливами, заливают их водой на  $\frac{3}{4}$  высоты емкости и добавляют дрожжи.

Посуду закрывают и оставляют квас на 12 суток бродить. Затем квас процеживают, добавляют сахар по вкусу и немного воды. Квас разливают в бутылки и выдерживают еще 2 суток.

### **Квас из лесных груш или яблок**

На 10 л воды: 1 кг печеных груш (сырых яблок), 20 г дрожжей, 100 г сахара.

Готовится как предыдущий рецепт.

Печеные груши или сырые яблоки кладут в бочки с водой. Квас из груш будет готов через 2 месяца, а из яблок — через 3. Бочки должны стоять в погребе.

### **Березовый квас**

10 л березового сока, 50 г вошины, 1 кг поджаренного гороха (1 кг горячего ржаного хлеба).

Сок собирают в апреле, кладут вошину, поджаренный горох или горячий ржаной хлеб. Готовят, как квас из березового сока, и ставят в амбар. Через полторы недели квас готов.

### **Квас из березового сока**

На 10 л березового сока: 50 г дрожжей.

Березовый сок варят, чтобы испарилась часть воды. Затем остужают, добавляют дрожжи и дают побродить. Разливают в бутылки, закупоривают и хранят в прохладном месте.

### **Кленовый квас**

Кленовый квас делают так же, как и березовый, но собирают его в марте, сливают в бочку и закапывают ее в песок на 6 суток.

### **Стременной квас**

На 10 л березового сока: 3—4 лимона, 50 г дрожжей, мед (или сахар), изюм.

К березовому соку добавляют лимонный сок, разведенные в воде дрожжи, мед или сахар. В бутылку можно положить 2—3 изюминки.

Бутылки закупоривают и ставят на несколько дней в прохладное место.

### **Чертановский квас**

Березовый сок сливают в небольшой бочонок, ставят его в темное прохладное место. Через 2—3 суток, когда сок чуть закиснет, добавляют поджаренные на противне ячменные зерна или ржаные сухари и оставляют еще на сутки, после чего процеживают.

### **Ларисин квас**

На 10 л березового сока: 1 кг черного хлеба, 150 г сахара. В бочку с соком березы кладут корки черного хлеба и сахар. Когда начнется брожение, добавляют дубовую кору и листья вишни.

### **Квас из ягод черемухи**

На 1,5 кг ягод черемухи: 1 кг сахарного песка, 10 л кипяченой воды, пакетик ванильного сахара, лимонная кислота по вкусу.

Ягоды черемухи промывают, разминают, засыпают сахарным песком и перемешивают деревянной ложкой. Затем вливают теплую кипяченую воду, добавляют ванильный сахар и по вкусу лимонную кислоту, перемешивают и ставят в теплое место для брожения. Когда образуется пена, напиток процеживают через марлю, разливают в бутылки и ставят в теплое место для дальнейшего сбраживания. Через 2—3 суток квас готов.

### **Сенокосный квас**

На 3 стакана ягод черемухи: 3 л воды, 300 г сахара, 5 г дрожжей.

Ягоды черемухи засыпают сахаром и оставляют на 10—12 ч. Затем тщательно перемешивают, заливают теплой водой, добавляют оставшийся сахар и дрожжи и ставят отстаиваться на 10—12 ч. Процеживают и оставляют в стеклянной посуде на 1—2 суток.

### **Рябиновый квас**

Рябиновый квас очень благотворно действует на здоровье. Однако он довольно горек, поэтому его нужно развести водой и, как все ягодные квасы,

подсластить сахаром. Делают его так же, как и прочие ягодные квасы, но рябины надо насыпать в бутылку или бочонок не более  $\frac{1}{4}$  объема посуды, иначе квас будет горький. Для кваса надо брать рябину, которая уже выдержала несколько морозов.

### **Санкт-Петербургский квас**

На 350 г ягод рябины: 3 л воды, 150 г сахара, 1 ст. ложку изюма.

Ягоды рябины разминают, кладут в кастрюлю, заливают водой и варят до размягчения. Сняв с огня, добавляют сахар, изюм и ставят отстаиваться. Когда квас начнет пениться, его процеживают, разливают в бутылки, добавив в каждую по 3—4 изюминки, и закупоривают.

### **Квас рябиновый шипучий**

На 350 г ягод рябины: 3 л воды, 150 г сахара, 1 ст. ложку изюма.

Ягоды рябины перебирают, промывают, разминают деревянным пестиком, кладут в эмалированную кастрюлю и варят до тех пор, пока ягоды не размякнут. Кастрюлю завязывают марлей и ставят в теплое место. Когда напиток начнет бродить, его процеживают через двойной слой марли, добавляют сахарный песок и перемешивают.

Квас разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки, и хорошо закупоривают. Хранят бутылки в прохладном месте в горизонтальном положении.

### **Квас лимонный**

На 5 лимонов: 300 г изюма, 1 кг меда, 36 бутылок воды, 3 ст. ложки пшеничной муки,  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки дрожжей.

Лимоны без зерен нарезают ломтиками, изюм и мед заливают 30 бутылками кипятка. Когда смесь остынет, вливают чашку дрожжей, разведенных с пшеничной мукой. На следующий день вливают в квас 6 бутылок холодной воды. Когда лимоны и изюм поднимутся кверху, их снимают шумовкой, а квас процеживают и разливают в бутылки, положив в каждую по 2 изюминки. Бутылки закупоривают и держат в холодном месте 6 суток.

### **Квас суточный с лимоном**

На 1,5 кг ржаных сухарей: 400 г сахара,  $\frac{1}{4}$  стакана дрожжей,  $\frac{1}{2}$  лимона, изюм, ведро воды.

Ржаные сухари кладут в кадочку, заваривают кипятком, накрывают салфеткой и оставляют на 8 ч. Затем квас переливают в другую посуду, кладут дрожжи, сахар и лимон, нарезанный ломтиками, без зерен. Через 8 ч процеживают, разливают в бутылки, положив в них по 1—2 изюминки. Бутылки плотно закупоривают и оставляют на 8—10 ч в теплом месте.

### **Белгородский лимонный квас**

На 4—5 л кипятка: 2 лимона, 100 г изюма, 400 г патоки, 1 ч. ложку жидких дрожжей, 1 ст. ложку муки.

Ломтики лимона без зерен, изюм, патоку заливают кипятком, дают остыть, прибавляют размешанные с водой и мукой дрожжи и выдерживают при комнатной температуре 12 ч. Вливают еще 0,5 л кипяченой остуженной воды и дают бродить. Когда лимоны и изюм поднимутся наверх, квас процеживают в чистую посуду и ставят в холодное место на 2—3 ч.

### **Новгородский квас**

На 10 л воды: 600 г патоки или меда, 2 лимона, 20 г дрожжей, 1 1/2 ст. ложки муки, 200 г изюма.

Лимоны нарезают кружочками, удаляют семечки, кладут изюм, сахарный сироп или мед и заливают кипятком. Когда смесь остынет, добавляют дрожжи, разведенные в воде с мукой. На следующий день вливают холодную воду. Когда появится пена и лимоны с изюмом всплывут, их снимают шумовкой, а квас процеживают и разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки. Бутылки закупоривают и держат на холоде 5—6 суток. Обычно квас заваривают утром, а дрожжи кладут через 9—10 ч.

### **Ярославский квас**

На 3—4 лимона: 2—2 1/2 стакана сахара или меда, 5 л воды, 15—20 г дрожжей, изюм.

В кипяченую воду добавляют нарезанные тонкими ломтиками лимоны или лимонный сок и лимонную цедру. Стакан сахара слегка поджаривают на сковороде с небольшим количеством воды и добавляют к соку. Смесь остужают до 25—30 °С, добавляют дрожжи, растертые с сахаром или медом, и оставшийся мед или сахар. Несколько часов выдерживают в теплом месте, пока сок не начнет сильно бродить, затем переносят в прохладное место, добавляют изюм и, не накрывая, держат 1—2 суток. Готовый квас разливают в бутылки, добавляют изюм, бутылки закупоривают и держат на холоде.

## Оренбургский квас

На 2 лимона: 50 г лимонной кислоты, 4—6 стаканов сахара, 50 г дрожжей, 1 ст. ложку муки и несколько кусков сахара, изюм, 17 л воды.

Лимоны моют и стирают с них цедру сахаром. Для этого берут кусок сахара и начинают тереть по лимону; когда сторона куска сахара, которой терли лимон, станет желтой, начинают тереть другой стороной. Когда весь кусок станет желтым, берут другой кусок и т. д., пока не сотрется вся цедра с лимона. Цедру можно стереть и на терке. После этого лимон режут на ломтики, вынимают зерна и кладут в большую кастрюлю. Туда же кладут лимонную кислоту и заливают 15 л кипятка.  $\frac{2}{3}$  сахара распускают отдельно и добавляют в смесь.

После прибавления сахара квас нужно попробовать и добавить по вкусу еще сахар или лимонную кислоту. Сахар с водой нужно вскипятить, т. е. сделать сироп, его вливают в кипящем виде, чтобы

вода, в которой распущена лимонная кислота и в которой находятся лимоны, нагрелась. После этого добавляют подбивку из дрожжей и муки. Квас накрывают, ставят в теплое место и оставляют, пока он не забродит и лимоны не поднимутся вверх.

Когда квас начнет бродить, его процеживают. Куски сахара, которыми стирали цедру, растворяют в теплой воде и, остудив ее, вливают в готовый квас. Квас разливают в бутылки, положив в каждую по изюминке. Бутылки закупоривают, обвязывают пробки и выносят на холод.

Через 2 суток квас готов. Для окраски кваса прибавляют жженый сахар.

## Екатерининский квас

На 5 л напитка: 650 г лимонов, 5 л воды, 500 г сахара, 25 г прессованных дрожжей, 150 г изюма.

Промытые, нарезанные вместе с цедрой ломтики лимона заливают водой, доводят до кипения и охлаждают до 25—30 °С. Добавляют дрожжи, разведенные теплой кипяченой водой, сахар, изюм и ставят для брожения.

Квас подкрашивают жженкой. Для приготовления ее на чугунную сковороду кладут сахарный песок, добавляют небольшое количество воды (2% от количества взятого сахара) и нагревают до тех пор, пока он не станет темно-коричневым. Затем вливают воду в соотношении 1 : 1 и доводят до кипения. Когда сахар растворится, жженку процеживают.

## Владимирский квас

На 500 г лимонов: 300 г сахара, 50 г изюма, 20 г дрожжей, 4 л воды.

Воду кипятят, растворяют в ней сахар, охлаждают до комнатной температуры, добавляют сок, выжатый из лимонов, дрожжи и мелко нарезанную цедру от 1—2 лимонов, предварительно ошпаренную кипятком.

Смесь оставляют в теплом месте бродить. Перед розливом в бутылки кладут по несколько изюминок.

### **Замоскворецкий квас**

На 5—6 лимонов: 1,5 кг сахара, 450 г изюма, 200 г дрожжей, 3 ст. ложки муки, 2 ч. ложки риса, 20 л воды.

Лимоны разрезают, удаляют зерна и вместе с кожурой кладут в чистый деревянный бочонок. Туда же засыпают сахар, 400 г изюма, вливают 15 л кипятка. После того как смесь остынет, добавляют 48 дрожжи, разведенные в 2 стаканах теплой воды с мукой. На следующий день вливают еще 15 стаканов холодной воды. Как только лимоны и изюм всплывут и появится пена, квас процеживают и разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки и несколько зерен риса. Бутылки хорошо укупоривают и ставят в холодное место. Через 8 суток квас готов.

### **Нашекинский квас**

На 500 г лимонов: 3 стакана сахарного песка, 10 г дрожжей, 4 л воды.

Воду кипятят, растворяют в ней сахар. Раствор охлаждают, добавляют сок, выжатый из лимонов, дрожжи, мелко нарезанную цедру от 1—2 лимонов, ошпаренную кипятком, и оставляют бродить на 12—16 ч при температуре 30—32 °С. перебродившее сусло процеживают, охлаждают и хранят в холодильнике.

### **Госпитальный квас**

На 15 л воды: 800 г сахара, 2 лимона, 200 г изюма, 25 г дрожжей,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки питьевой соды.

В большую кастрюлю кладут сахар, нарезанные кусочками лимоны и изюм, ошпаривают все кипятком и накрывают кастрюлю полотенцем. Когда вода остынет, вливают разведенные в воде дрожжи и кладут соду. Сусло оставляют на 12 ч, затем процеживают, разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки. Бутылки закупоривают пробками, держат еще 2 ч в теплом месте, потом ставят в погреб или другое прохладное место. Через 2—3 суток квас готов.

### **Лечебный квас**

На 2 лимона: 3 л воды, неполный стакан сахарного песка, горсть изюма, 20 г дрожжей.

С лимонов острым ножом снимают цедру и нарезают ее небольшими кусочками. Удаляют альбедо (белую мякоть) и нарезают лимоны тонкими



кружками, удаляя зернышки. Сахар, растворенный в воде, кипятят, снимают с огня, кладут лимоны, цедру одного лимона и хорошо промытый изюм. Когда вода остынет, добавляют разведенные в небольшом количестве воды дрожжи и выдерживают квас 12—14 ч в теплом месте. Затем разливают в банки с плотно закрывающимися крышками, равномерно распределив лимоны и изюм, и ставят в холодное место. Через сутки квас готов. Перед подачей квас процеживают.

### **Трапезный квас**

На 4 л воды: сок из 3 лимонов, 500 г сахара, цедра от 2 лимонов,  $\frac{1}{2}$  пачки дрожжей, изюм.

Сахар растворяют в воде, кипятят, охлаждают, добавляют лимонный сок, цедру и дрожжи. Перемешивают, разливают в бутылки, предварительно положив по 3 изюминки. Бутылки закупоривают пробками, обвязывают веревочками и выносят на 3 суток на холод.

### **Кислый квас**

На 4 лимона: 0,5 кг сахарного песка, 45 стаканов воды, 100 г дрожжей.

Лимоны нарезают кружками, вынимают зерна и, отбросив верхние части, складывают в горшок и прибавляют сахарный песок. Заливают кипящей водой, накрывают полотенцем и оставляют до тех пор, пока квас не остынет. Вечером разводят дрожжи в  $\frac{1}{4}$  стакана сула и выливают их в квас. Через 10—11 ч квас запенится и лимоны поднимутся наверх. Тогда квас процеживают через шелковое ситечко или через салфетку, разливают в бутылки по плечики, бутылки закупоривают пробками, обвязывают пробки и выносят на холод. Через 4—5 суток квас готов.

Если квас нужен скорее, то закупоренные бутылки оставляют на несколько часов в теплом месте, а потом выносят на холод. На 2—3 суток квас можно подавать. Квас можно подкрашивать 400—800 г клюквы, проваренной в воде. В этом случае количество лимонов уменьшают на 1—2 шт.

### **Апельсиновый квас**

На 500 г апельсинов: 1 лимон или лимонная кислота по вкусу, 700—800 г сахара, 20—30 г дрожжей, 8—10 л воды.

Половину апельсинов очищают от кожицы. Все апельсины нарезают тонкими ломтиками, слегка раздавливают с сахаром, заливают кипяченой теплой водой, добавляют отжатый из лимона сок (или лимонную кислоту) и растертые с сахаром дрожжи. Через 24 ч суло процеживают сквозь марлю, разливают в бутылки, плотно закупоривают и оставляют на 24 ч при комнатной температуре, затем выносят в холодное место.

### **Квас освежающий**

На 500 г апельсинов: 3 стакана сахарного песка, 10 г дрожжей, 4 л воды.

Воду кипятят, растворяют в ней сахар, раствор охлаждают, добавляют выжатый из апельсинов сок, дрожжи, мелко нарезанную цедру от 1—3 апельсинов и оставляют бродить на 12—16 ч при температуре 30—32 °С. перебродившее сусло процеживают, охлаждают и хранят в холодильнике.

### **Квас костяничный**

На 4 стакана ягод костяники: 1 стакан сахарного песка, 5—10 г дрожжей, 3 л воды.

Костянику разминают, заливают водой и кипятят 5 мин. Затем процеживают, всыпают сахар, охлаждают, добавляют дрожжи и оставляют на 2 суток.

### **Карамельный квас**

На 1200 г сахара: лимонная кислота по вкусу, 20—30 г дрожжей, апельсиновый или ананасный сок, 10 л воды.

Из 500 г сахара готовят карамель, разводят ее кипятком и вливают в кипяченую воду. Добавляют сахар и лимонную кислоту по вкусу, жидкость охлаждают, смешивают с дрожжами, растертыми с сахаром и соком, и разливают в бутылки. Бутылки закупоривают. Через 2—3 суток квас готов.

## ЯГОДНЫЕ КВАСЫ

Ягодные квасы готовят из клубники, малины или земляники, брусники и других ягод.

В бак, ведро либо другую емкость кладут ягоды, заливают их холодной кипяченой водой. Ставят на полтора месяца в очень холодное место. Сахар добавляют по вкусу; если квас слишком крепок, его можно разбавить водой.

### Квас черносмородиновый

На 1 кг черной смородины:  $1\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 2 ст. ложки изюма, 2,5 л воды, 10 г дрожжей.

Черную смородину протирают сквозь сито и отжимают сок. В холодной воде растворяют сахар, вливают сок, добавляют растворенные в теплой воде дрожжи и оставляют в посуде с закрытой крышкой на ночь. На следующий день содержимое переливают в предварительно ошпаренные бутылки, вкладывая в каждую несколько изюминок. Бутылки закупоривают прокипяченными пробками, пробки завязывают. Бутылки ставят в холодное место. На следующий день квас готов. В холодном месте его можно хранить несколько дней.

### Квас с черносмородиновыми листьями

1 кг ржаного хлеба, 3 л воды, 1 стакан сахарного песка, 2 ст. ложки измельченных черносмородиновых листьев, 1 стакан закваски ( $\frac{1}{3}$  палочки прессованных дрожжей, разведенных в  $\frac{3}{4}$  стакана теплой воды с добавлением 2 ст. ложек муки).

Ржаной хлеб, черносмородиновые листья, сахарный песок помещают в кастрюлю и заливают кипятком. Смесь тщательно перемешивают, закрывают крышкой и сусло настаивают в теплом месте в течение 3—4 ч. Охлажденное сусло осторожно сливают в другую посуду, добавляют 1 стакан закваски (старого теста или заранее сброженных дрожжей) и оставляют на 2—3 суток в холодном месте. Когда сусло достаточно закиснет, сливают его, кипятят в течение нескольких минут (при этом снимают образующуюся пену) и в горячем виде процеживают. Охлажденный квас разливают в бутылки и ставят в холодное место. Квас будет готов к употреблению через 7 суток.

### Квас клюквенный

На 1 кг клюквы: 4 л воды, 400 г сахара, 50 г дрожжей.

Клюкву протирают деревянным пестиком через дуршлаг. Выжимки заливают водой и кипятят 15—20 мин. Отвар остужают и процеживают через полотняную салфетку, всыпают сахар и снова кипятят.

Клюквенный сок отжимают через полотняную салфетку и соединяют с охлажденным до комнатной температуры сиропом. Добавляют дрожжи, размешивают, разливают в бутылки, закупоривают их пробками и обвязывают пробки веревочкой.

Через 3 суток квас готов.

### **Клюквенный квас с можжевельными ягодами**

На 1 кг клюквы: 500 г меда, 10 г дрожжей, 5 л воды, 4 сушеных плода можжевельника.

Клюкву разминают и через марлю отжимают сок. Выжимки заливают водой и кипятят 10—20 мин. Отвар процеживают, охлаждают до 35—40 °С, растворяют в нем мед, добавляют дрожжи, отжатый сок клюквы и сушеные плоды можжевельника. Квас выдерживают при температуре 30—32 °С около 12—18 ч, затем охлаждают в холодильнике.

### **Клубничный квас**

На 750 г ягод: 1 стакан воды, 1 ст. ложку меда, 4 ч. ложки сахара, лимонная кислота по вкусу, изюм.

Мелкую, но зрелую клубнику промывают, дают стечь воде, очищают от плодоножек и кладут в эмалированную посуду. Затем заливают водой, нагревают до кипения, снимают с огня, выдерживают 10 мин. После этого сок фильтруют, добавляют мед, сахар, лимонную кислоту. Снова фильтруют и разливают в темные бутылки на 7—10 см ниже горлышка. В каждую бутылку кладут по 2—3 изюминки, бутылки закупоривают полиэтиленовыми пробками, которые крепят на горлышке мягкой проволокой или шпагатом, выносят в холодное место. Через 7—10 суток квас готов. Если нужно ускорить процесс, то квас на 2 суток ставят в теплое место, а затем выносят на холод. В этом случае он будет готов через 3 суток.

### **Брусничный квас**

На 1 кг брусники: 2 стакана сахара, 10 г дрожжей, 2 лимона, 5 л воды.

Бруснику разминают и через марлю отжимают сок. Оставшуюся мякоть заливают водой, доводят до кипения, отвар настаивают 2—3 ч, затем процеживают, охлаждают до температуры 35—40 °С и растворяют в нем сахар. Добавляют отжатый брусничный сок, дрожжи, лимонный сок и ошпаренную (чтобы не было горечи) цедру лимона.

Квас выдерживают в теплом месте 12—16 ч, затем охлаждают и хранят в холодильнике.

### **Земляничный квас**

На 1 кг ягод:  $1\frac{1}{2}$  стакана воды, 1 ст. ложку меда, 2 ст. ложки сахара, 1 г лимонной кислоты.

Зрелую мелкоплодную садовую землянику перебирают, удаляют поврежденные ягоды, моют, дают стечь воде, очищают, кладут в эмалированную посуду, заливают водой, доводят до кипения и, сняв с огня, выдерживают 10 мин. Затем фильтруют и добавляют мед, сахар и лимонную кислоту. Все тщательно размешивают.

### **Квас плодово-ягодный**

На 5 л напитка: 2 л плодово-ягодного сока, 300 г сахара, 50 г прессованных дрожжей, 3 л воды.

В воду кладут сахарный песок, доводят до кипения, вливают сок, после чего охлаждают до комнатной температуры, вводят разведенные в теплой кипяченой воде дрожжи и ставят для брожения.

### **Питерский квас**

На 1 кг клюквы: 4 л воды, 400 г сахара, 7з пачки дрожжей.

Клюкву протирают через дуршлаг, выжимки заливают водой и кипятят 15 мин. Затем остужают, процеживают: всыпают сахар и кипятят еще раз. После охлаждения вливают сырой клюквенный сок, добавляют дрожжи, размешивают, разливают в бутылки и плотно закупоривают их пробками. Через 3 суток квас готов.

### **Мамин квас**

На 1 кг клюквы: 2 ст. ложки меда, 2 стакана сахарного песка, 10 г дрожжей, 4 л воды.

Подготовленную клюкву разминают деревянным пестиком или ложкой, заливают водой и варят 10 мин. Затем процеживают, всыпают сахарный песок, охлаждают, добавляют разведенные дрожжи, перемешивают, разливают в бутылки, закупоривают их и ставят в темное прохладное место. Через 3 суток квас готов.

### **Девичий квас**

На 1 кг клюквы: 1 — 1,2 кг сахара, 20—30 г дрожжей, 30 г изюма, 10 л воды.

Клюкву раздавливают и заливают теплой кипяченой водой, после охлаждения кладут сахар, дрожжи, растертые с сахаром, и ставят в теплое

место на 10 ч. Квас разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки. Бутылки плотно закупоривают и оставляют в теплом месте в горизонтальном положении.

### **Суздальский квас**

На 1,2 кг клюквы: 18 бутылок воды, 800—1200 г сахара, 3 ст. ложки меда, 8 г сухих дрожжей, 100 г изюма.

Клюкву разминают, наливают половину от предусмотренного количества воды, кипятят и процеживают, наливают оставшуюся воду и снова кипятят и процеживают. В процеженный сироп всыпают сахар, кипятят, остужают, разводят дрожжи, оставляют на сутки. Затем разливают в бутылки, кладя в каждую по 2—3 изюминки, и закупоривают. Через 2—3 суток квас готов.

### **Посадский квас**

На 1 кг клюквы: 4—6 стаканов сахара, 50 г дрожжей, 1 ст. ложку муки, 16 л воды.

Клюкву моют, измельчают в мясорубке, наливают воду и доводят до кипения. После этого ягоды откидывают на сито, процеживают и остужают. Из сахара варят сироп и кипящим выливают в заготовленный отвар. Туда же вливают дрожжи и далее поступают как при изготовлении хлебного кваса.

### **Уборочный квас**

На 1 ведро ягод: 2 ведра воды.

Лучше всего готовить такой квас в бочке. Для этого ягоды очищают от плодоножек и чашечек, кладут в корзину или решето, промывают струей чистой холодной воды. Когда вода стечет, ягоды ссыпают в чистую бочку и заливают остуженной кипяченой водой. Бочку плотно закрывают и оставляют на 3—4 недели на леднике или в подвале.

### **Витаминизированный квас**

1 кг ягод, 10 л кипятка, 700—800 г сахара, 20—30 г дрожжей, лимонная кислота.

Вымытые ароматные ягоды (клубнику, землянику, малину) слегка раздавливают, заливают кипятком. Через 12 ч процеживают, добавляют сахар, лимонную кислоту и дрожжи, растертые с сахаром. Все тщательно перемешивают. Посуду прикрывают чистой салфеткой и ставят в теплое место на 12 ч. Разливают квас в бутылки и тщательно закупоривают. Квас будет готов к употреблению на 2—3 сутки.

## Новгородский квас

На 1 кг ягод: 10 л воды, 700—800 г сахара, 20—30 г дрожжей (или 5—10 ч. ложек изюма), лимонная кислота по вкусу.

Вымытые землянику, малину, можно и другие ягоды раздавливают и заливают кипятком, посуду накрывают крышкой. Через 12 ч сироп процеживают, добавляют сахар, лимонную кислоту и дрожжи (если нет дрожжей, можно 5—10 ч. ложек изюма и 1 ч. ложку сахара залить таким же количеством теплой воды и настоять 2—3 суток).

Сусло размешивают, накрывают посуду чистой тканью и ставят в теплое место на 12 ч. Чтобы подольше сохранить квас, его разливают в бутылки, не доливая их примерно на 5 см доверху, и укупоривают полиэтиленовыми или обычными пробками. Квас ставят в прохладное место. Через 3 суток он готов.

Если квас сразу используют, то его не разливают в бутылки, а посуду с квасом накрывают крышкой и ставят в прохладное место.

В течение 3—5 суток квас сохраняет вкусовые качества, а потом скисает.

## Сладкий квас

На 300 г молодых листьев черной смородины: 6—7 стаканов сахара, 3 лимона, 36 стаканов воды, 20 г дрожжей, 1 ч. ложку мяты.

Листья черной смородины кладут в горшок, засыпают сахаром и добавляют лимоны без зерен, нарезанные кружочками. Заливают кипящей водой и, размешав, дают суслу остыть. Потом кладут мяту и дрожжи. Через 10—11 ч квас процеживают, разливают в бутылки, закупоривают их и выносят на холод.

## Детский квас

На 1 кг клюквы: 10 л кипяченой воды, 1,2 кг сахара, 20—30 г дрожжей.

Клюкву моют, раздавливают и заливают теплой кипяченой водой. Жидкость охлаждают, добавляют сахар и дрожжи, растертые с сахаром, ставят в теплое место на 10 ч. Разливают в бутылки, кладут в каждую по 2—3 изюминки и помещают в теплое место. Этот квас хорошо пить при болезни.

## Воскресный квас

На 1,5 кг клюквы: 3 стакана сахара, 1 лимон, 10 г дрожжей, 4 л воды.

Клюкву тщательно перебирают, моют, заливают водой и варят 15—20 мин в эмалированной посуде. Затем разминают деревянной ложкой, отвар охлаждают, процеживают, из мезги отжимают сок и добавляют в отвар. Смесь вновь доводят до кипения, добавляют сахар, лимон, нарезанный

тонкими ломтиками, охлаждают до 30—32 °С и добавляют дрожжи. Сусло оставляют для брожения на 12—16 ч, после чего процеживают, охлаждают и хранят в холодильнике.

### **Квас из плодов шиповника**

На 1 кг плодов шиповника: 800—1000 г сахара, 20—30 г дрожжей, ломтик ржаного хлеба, 10 л воды.

Плоды шиповника моют, удаляют косточки, мелко рубят, растирают с сахаром и заливают водой. В теплую жидкость добавляют растертые с сахаром дрожжи и ломтик хлеба и ставят в теплое место. При первых признаках брожения содержимое процеживают через марлю, разливают в бутылки, плотно закупоривают их и ставят в теплое место. Через 24 ч переносят в холодное помещение.

В этом квасе содержится витамин С. При желании в напиток можно добавить по вкусу лимонную кислоту.

### **Шипучий квас**

На 5 стаканов плодов шиповника: 3—3,5 л воды, 1 стакан сахара, 5—10 г дрожжей, 2—3 г лимонной кислоты.

Шиповник промывают теплой водой и засыпают в стеклянный баллон. Воду с сахаром кипятят 5—40 мин. Для придания напитку свежего и приятного вкуса в сироп можно добавить немного лимонной кислоты. Остывшим сиропом заливают плоды шиповника, добавляют дрожжи, разведенные небольшим количеством сиропа, и выдерживают при комнатной температуре несколько суток. Когда квас начнет «шипеть», а на поверхности образуется пена, его процеживают и разливают в бутылки, кладут в каждую 1 ч. ложку сахара. Бутылки закупоривают, пробки обвязывают шпагатом и ставят в холодное место. При брожении сахара в хорошо закупоренных бутылках выделяющийся диоксид углерода естественным путем газифицирует напиток, что придает ему приятный шипучий вкус.

### **Малиновый квас**

На 1 кг свежей малины: 1½ стакана сахарного песка, 4 л воды, 25 г дрожжей, лимонная кислота по вкусу.

Малину перебирают, споласкивают, дают воде стечь и растирают ягоды с сахарным песком деревянной ложкой или пестиком. Затем заливают водой, ставят на огонь и добавляют разведенные в теплой воде дрожжи и по вкусу лимонную кислоту. Сироп процеживают, разливают в бутылки (в бутылки можно положить изюм) и ставят их на несколько часов в теплое место, не закупоривая. Когда начнется брожение, бутылки закупоривают и переносят в прохладное место. Через 1—2 суток квас готов.



## ОВОЩНЫЕ КВАСЫ

Овощной квас — один из самых древних и самых распространенных на Руси. Славился он своими вкусовыми и питательными качествами. Установлено, что еще в Киевской Руси пахари брали с собой в поле посудины с квасом, в который мелко резали зеленый лучок, хрен, свеклу и крошили черный хлеб. В те давние времена раненым воинам непременно давали в первую очередь овощные квасы как целебное питье. В старину овощные квасы в русской семье являлись панацеей едва ли не от всех болезней. В знойную летнюю пору ими утоляли жажду, они улучшали процесс пищеварения. Кружка овощного кваса перед обедом — стародавний «ритуал» россиянина,

### Квас бурачный

(рецепт времен Киевской Руси)

В конце сентября вместо сыровца готовили для борща на всю зиму бурачный (свекольный) квас.

Кадку заполняют очищенными сладкими бураками (свеклой) пополам с продолговатыми кислыми бураками на  $\frac{2}{3}$  высоты. Затем заливают водой доверху кадки и закрывают полотном и кружком. Через 2,5—3 недели квас готов. Необходимо часто споласкивать тряпку и кружок и вливать столько же воды, сколько взято кваса.

### Квас из свеклы

На 250 г свеклы: 50 г дрожжей, 5 г сахара, 1 корка хлеба, соль.

Свеклу моют, очищают, споласкивают, натирают на крупной терке, заливают теплой кипяченой водой, добавляют сахар и соль по вкусу, дрожжи, растертые с сахаром, перемешивают и кладут хлебную корку. Сброженный квас сливают в бутылки, плотно закрывают их пробками и выносят в холодное место. Через 1—2 суток квас готов. В него можно добавить сок лимона по вкусу.

### Квас из вареной свеклы

На 10 л кваса: 3 кг свеклы, 1 стакан сахарного песка, 25 г дрожжей или 100 г черного хлеба, 10 л воды.

Свеклу моют, варят, очищают, натирают на крупной терке или нарезают небольшими кусочками. Заливают крутым кипятком и ставят на 30 мин в теплое место (например, на край плиты). Затем содержимое посуды охлаждают, добавляют сахарный песок и дрожжи (или черный хлеб,

завязанный в чистую ткань или марлю) и ставят в теплое место. Через 1—2 суток квас процеживают (или вынимают хлеб).

### **Курский квас**

На 1 кг свеклы:  $\frac{1}{3}$ — $\frac{1}{2}$  стакана сахарного песка, 2,5 л воды, 100 г ржаного хлеба, щепотка соли.

Свеклу моют, очищают, споласкивают, нарезают тонкими ломтиками или натирают на крупной терке и кладут в чистую стеклянную посуду. Посыпают сахарным песком, солью, заливают охлажденной кипяченой водой и кладут хлебную корку. Посуду накрывают марлей или салфеткой и ставят в теплое место на 5 суток. После этого квас процеживают через марлю в бутылки. Квас можно применять для приготовления напитков и холодных борщей.

### **Квас золотистый из моркови**

На 1 кг моркови: 2 л воды, 400—600 г сахара, лимонная кислота, пряности, 20—30 г дрожжей, ржаной хлеб.

Промытую и очищенную нашинкованную морковь заливают кипяченой теплой водой, добавляют подсушенные в духовке ломтики ржаного хлеба, сахар и лимонную кислоту по вкусу, гвоздику, корицу, растертые с сахаром дрожжи, ломтик хлеба, размешивают и оставляют на 6—8 ч в теплом месте. Утром процеживают, разливают в бутылки. На следующий день квас готов. За красивый цвет он получил название золотистого.

### **Морковный квас**

На 5 л напитка: 2 кг моркови, 0,5 кг сахарного песка, 50 г дрожжей, ломтик черного хлеба, 4 л воды, лимонная кислота, корица и гвоздика по вкусу.

Морковь моют, очищают, натирают на терке и заливают теплой кипяченой водой. Добавляют сахарный песок, по вкусу лимонную кислоту, гвоздику, корицу, растертые с сахаром дрожжи и ломтик хлеба. Размешивают и ставят в теплое место на ночь. Утром квас процеживают через марлю, разливают в бутылки и оставляют при комнатной температуре на сутки.

### **Квас из ревеня**

На 500 г ревеня: 2,5 л воды, 200 г сахара, 15 г дрожжей.

Вымытые черешки ревеня нарезают на кусочки поперек волокон, варят до мягкости, процеживают, охлаждают, кладут сахар, дрожжи и размешивают. Отвар оставляют на сутки в теплом месте, разливают в бутылки, закупоривают их и ставят в холодное место. Через 2—3 суток квас будет готов.

### **Орловский квас**

На 800 г ревеня: 5 л воды, 500 г сахара, 25 г дрожжей.

Ревень промывают, мелко нарезают, заливают водой и доводят до кипения. Затем настаивают 2—3 ч, процеживают, добавляют разведенные теплой водой дрожжи, сахар и ставят для брожения.

### **Тамбовский квас**

На 150 г ревеня: 85 г сахара, 5 г дрожжей, тертая цедра лимона или апельсина.

Ревень нарезают тонкими ломтиками, заливают водой, кипятят и настаивают. Затем жидкость процеживают, добавляют сахар, цедру лимона или апельсина, дрожжи и дают выбродиться в теплом месте 6—8 ч. Для улучшения цвета можно добавить сахарную жженку, клюкву или смородину.

### **Ставропольский квас**

На 1 кг ревеня: 5 л воды, 4—5 шт. гвоздики, кусочек корицы, 2—2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> стакана сахара, изюм, 15—20 г дрожжей.

Ревень нарезают тонкими ломтиками, заливают водой и варят вместе с приправами. Затем отвар сливают, добавляют сахар, охлаждают до температуры 20—30 °С, кладут дрожжи и оставляют на несколько суток в теплом месте. перебродивший сок переливают в бутылки, добавив в каждую по 5—6 изюминок.

## **КВАСЫ С ТРАВАМИ**

### **Квас тминный**

На 1 кг черного хлеба: 10 л воды, 500 г сахара, 25 г дрожжей, 40 г тмина.

Хлеб нарезают небольшими кусочками, высушивают в духовке, заливают водой и настаивают 3—4 ч. Затем процеживают, добавляют дрожжи, сахар, тмин и ставят в теплое место на 2—3 суток.

### **Квас тминный с лимоном**

На 900 г воды: 15 г тмина, 150 г сахара, 100 г лимонов, 4 г дрожжей, 0,2 г лимонной кислоты.

Тмин перебирают, промывают, заливают холодной водой и варят при слабом кипении. Затем процеживают, добавляют сахар, охлаждают, кладут дрожжи, разведенные в теплой кипяченой воде, и оставляют бродить на 12 ч. После этого квас сливают и охлаждают. В напиток добавляют лимонную кислоту, разведенную в теплой воде. При подаче в квас кладут кружок лимона.

### **Квас с пижмой**

На 1 л хлебного кваса: 5 г сухих цветов пижмы, 10 г сахара. Пижму в марлевом мешочке опускают в квас на 12—24 ч, после чего добавляют сахарный песок и оставляют на 2 ч.

### **Квас с чабрецом**

На 1 л хлебного кваса: 20 г чабреца, 50 г сахарного песка.

Сухие листья чабреца отваривают в стакане кваса, вливают в остальной квас, добавляют сахарный песок и оставляют на 10—12 ч. Затем процеживают, разливают в бутылки и охлаждают.

### **Квас душистый с мятой**

На 1 кг ржаного хлеба: 6 л воды, 1 стакан сахарного песка,  $\frac{1}{3}$  палочки прессованных дрожжей, 2 ст. ложки муки,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки мятной эссенции или 1 ч. ложку мяты.

Ржаной хлеб нарезают мелкими ломтиками и подсушивают в духовке. Полученные сухари заливают кипятком и через 10—12 ч процеживают. Муку размешивают с небольшим количеством сухарного настоя, добавляют дрожжи и ставят в теплое место.

В сухарном настое заваривают мяту, кипятят и всыпают туда сахарный песок. Как только дрожжи подойдут, вливают их в сухарный настой, добавляют мяту с сахарным песком, перемешивают, накрывают салфеткой, ставят квас в теплое место до появления сверху густой пены. После этого аккуратно снимают пену, процеживают жидкость и разливают в бутылки, не заполняя их доверху.

Плотно закрывают бутылки пробками и ставят на холод. Через 12 ч квас готов.

### **Мятный квас**

На 1 л кваса: 2—3 веточки мяты, 40—45 г ржаных сухарей или сухого хлебного кваса,  $1\frac{1}{2}$  ст. ложки сахарного песка, 1 л воды, 5—10 г дрожжей, 1 ч. ложку изюма.

Ржаные сухари хорошо подсушивают и измельчают. Затем сухари (или сухой хлебный квас) высыпают в неокисляющуюся посуду, заливают водой, размешивают, накрывают крышкой или завязывают плотной тканью и ставят в теплое место на 1,5—2 ч для настаивания, периодически помешивая.

Полученную жидкость сливают, добавляют разведенные в теплой воде дрожжи, сахарный песок и мяту и выдерживают при комнатной температуре в течение 10—12 ч. После этого квас процеживают через марлю и разливают в бутылки, добавив в каждую по 2—3 изюминки. Бутылки плотно закупоривают, выдерживают при комнатной температуре еще 2—3 ч, затем ставят в холодильник, на ледник или в прохладное место.

### **Квас с мятой колерованный**

На 1 кг сухарей из ржаного хлеба: 8 л воды, 2 стакана сахарного песка,  $\frac{1}{4}$  палочки прессованных дрожжей, 1 ст. ложку настоя мяты или мятной эссенции.

Поджаренные сухари из ржаного хлеба измельчают, постепенно засыпают, непрерывно помешивая, в горячую воду и настаивают 1—1,5 ч в теплом месте. Полученное сусло сливают в другую посуду, а сухари вновь заливают теплой водой и настаивают еще 1—1,5 ч. Затем сусло сливают и соединяют с первым настоем. В сусло, полученное после первого и второго настаивания, добавляют сахарный песок и дрожжи, разведенные в сусле.

Сахар лучше добавлять в виде сиропа. Для улучшения вкуса кваса в сусло добавляют настой мяты или мятную эссенцию. Температура сусла при добавлении дрожжей (в течение 8—12 ч) — 23—25°C. Для придания квасу приятной коричневой окраски необходимо добавить колер (сахар, уваренный до темно-коричневого цвета). Летом квас после окончания брожения надо охладить до температуры 10—12 °С, а затем разлить в бутылки. Хранить в закупоренных бутылках при температуре 10 °С.

### **Вельминовский квас**

По 15 фунтов пшеничной и ржаной муки (1 фунт равен 409 г), 1 четверик ячменного мелкого солода и  $\frac{1}{2}$  четверика ржаного солода (1 четверик равен 26,2 л) кладут в бочку, перемешивают, смачивают кипятком и оставляют на 2 ч. Потом разводят горячей водой настолько, чтобы веселка могла свободно ходить, и перекладывают в квасник. Наливают горячей воды, спускают сусло в чай и, дав ему немного остыть, кладут 3 ст. ложки дрожжей и 200 г свежей мяты. Чан накрывают и оставляют до тех пор, пока не покажется пена. Квас необходимо мешать, чтобы он не перекипел, затем его сливают в бочку, кладут еще мяты и выносят на холод (лед).

## **МОЛОЧНЫЕ КВАСЫ**

### **Квас молочный**

На 5 л молока: 200 г сахара, 50 г прессованных дрожжей.

В молоко насыпают сахарный песок, размешивают и доводят до кипения. После охлаждения раствора до комнатной температуры вводят разведенные в теплом молоке дрожжи. Посуду накрывают крышкой и ставят для брожения.

### **Татьянин квас**

На 4 стакана молочной сыворотки: 2 ст. ложки сахарного песка, 2 г дрожжей, 20 г фруктовой эссенции (яблочной, грушевой, лимонной и др.), 5 г жженого сахара.

Молочную сыворотку (из-под творога или сыра) фильтруют через марлю, нагревают до кипения и выдерживают при этой температуре 30—40 мин. Затем охлаждают до температуры 25—30 °С и повторно фильтруют для отделения альбумина. Добавляют сахар и хлебные дрожжи, перемешивают и выдерживают при комнатной температуре 15—20 ч для брожения.

Чтобы устранить вкус сыворотки и придать характерную окраску, в квас добавляют фруктовую эссенцию и жженный сахар.

### **Агафьин квас**

На 1,25 л молока: 50 г сахара, 10 г дрожжей.

Молоко кипятят с сахаром, охлаждают до температуры 20 °С, добавляют разведенные дрожжи и заквашивают. Готовый квас разливают в бутылки и охлаждают.

## НАЦИОНАЛЬНЫЕ КВАСЫ

Напитки, близкие к квасу, были знакомы многим народам с древних времен. Так, еще 8 тыс. лет назад нечто похожее на квас умели готовить египтяне. Геродот, Плиний, Гиппократ оставили описания этих напитков, которые очень похожи на квас. Древние мыслители указывали в своих трудах на целебные свойства данных напитков. Так что отдать приоритет изобретения кваса славянам является, по крайней мере, несправедливым. И в то же время квас на Руси, как и для многих славянских народов, стал национальным напитком.

### **Квас первого дня Великого поста** (малороссийский рецепт XVIII века)

Хрен растирают с солью и постным маслом, разводят свекольным квасом. Такой квас с хлебом раньше подавали в первый день первой недели Великого поста.

### **Староверовский квас**

На 1 л кваса: 2 ст. ложки тертого хрена.

Тертый хрен заливают квасом, перемешивают и оставляют на 10 ч. Затем процеживают, разливают в бутылки.

### **Славянский квас**

На 2 бутылки хлебного кваса:  $\frac{1}{2}$  стакана меда, 3 ст. ложки тертого хрена.

В готовый хлебный квас добавляют мед и тертый хрен, перемешивают и ставят на сутки в холодильник. Затем процеживают через сито и разливают в стаканы.

### **Квас-сырец** (украинская кухня)

На 1 кг ржаного хлеба:  $\frac{1}{2}$  стакана ржаной муки, 20 г дрожжей, 7 л воды.

Нарезанный ломтиками ржаной хлеб подсушивают в духовке. Часть предназначенной для кваса ржаной муки ( $\frac{2}{3}$ ) заваривают вместе с хлебом кипятком, накрывают тканью, а оставшуюся муку разводят теплой водой, добавляют дрожжи и оставляют для брожения на сутки. Полученную закваску вливают в подготовленную смесь хлеба, муки и воды, хорошо перемешивают и разводят теплой водой. Через 3 суток квас готов к употреблению. Хранят квас в прохладном месте, доливая его по мере использования новой порцией кипяченой воды.



## **Квас запорожский**

(украинская кухня)

На 7 кг ржаных сухарей: 50 л воды, 150 г сухих дрожжей, 1,5 кг сахара, 250 г изюма, 1 лимон.

В бочонок наливают кипяченую воду, кладут ржаные сухари, накрывают чистой салфеткой, настаивают. Затем квас-сырец сливают в другую посуду, добавляют разведенные дрожжи, сахар, лимон, нарезанный кружочками, без косточек и оставляют на 8 ч. После этого процеживают, разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки, закупоривают пробкой, завязывают пробку проволокой и ставят в теплое место на 8—10 ч. Когда квас начнет бродить, его выносят в холодное место.

## **Квас казацкий**

На 1,5 кг ржаных сухарей: 35 л воды, 100 г дрожжей, 2 кг сахара, 1 лимон,  $\frac{1}{2}$  ст. ложки муки.

Ржаные сухари ошпаривают кипятком и настаивают 8 ч, затем в половине стакана сухарного настоя размешивают дрожжи, муку и дают тесту подойти. Настой ржаных сухарей процеживают через густое сито, добавляют сахар, дрожжи, размешивают до полного растворения сахара и ставят в теплое место на 12 ч. После этого еще раз процеживают, разливают в бутылки, положив по маленькому кусочку лимона с цедрой, закупоривают, пробки завязывают проволокой, оставляют в теплом месте на 2 ч, затем выносят на холод.

## **Квас с корицей**

(украинская кухня)

На 1 кг ржаного хлеба: 6 л воды, 1 ст. ложку истолченной корицы, 4 стакана сахарного песка, растворенного в 1 л кипятка,  $\frac{1}{4}$  палочки прессованных дрожжей, заранее разведенных в  $\frac{1}{2}$  стакана воды с добавлением 2 ст. ложек муки, 3 ст. ложки сока свеклы.

Мелко нарезанный ржаной хлеб и порошок корицы заливают кипятком. Когда смесь остынет до температуры 24—25 °С, вливают в нее  $\frac{1}{2}$  стакана закваски, приготовленной из прессованных дрожжей. Все тщательно перемешивают, накрывают и оставляют на 5 суток для настаивания и брожения. В полученную смесь добавляют разведенный в кипятке сахарный песок и ставят на 4 суток в холодное место для брожения. Когда квас закиснет и отстоится, осторожно сливают его в другую посуду, подкрашивают соком свеклы и кипятят в течение 15—20 мин, затем охлаждают, разливают в бутылки, закупоривают их, помещают на сутки в теплое место, а затем ставят в холодное место.

### **Квас с дрожжами** (болгарский рецепт)

Немного хлебопекарных дрожжей, 1 ст. ложку сахара,  $\frac{3}{4}$  стакана воды.

Дрожжи растирают с сахаром до образования жидкой массы, вливают теплую воду и ставят в теплое место (возле плиты). Приблизительно через 30 мин дрожжи начинают бродить, их процеживают и ставят на холод. Этот напиток чрезвычайно богат витаминами группы В. Он рекомендуется при похудении, отсутствии аппетита, заболеваниях печени, почек, сердечнососудистой системы, при анемии и нервных болезнях, при беременности и кормлении ребенка.

### **Буза татарская**

На 200 г овсяных хлопьев «Геркулес»: 100 г сливочного масла, 35 г прессованных дрожжей, 300 г пшеничной муки, 400 г сахарного песка, 7 л воды.

Овсяные хлопья или толокно смешивают с пшеничной мукой, добавляют растопленное кипящее сливочное масло, хорошо размешивают и разводят крутым кипятком до густоты сметаны. Посуду плотно укрывают. Когда масса охладится до комнатной температуры, ее разбавляют кипяченой водой до густоты сливок, вводят разведенные дрожжи, половину нормы сахара и ставят бродить до тех пор, пока объем массы не увеличится в два раза. Затем добавляют оставшуюся воду, размешивают и процеживают.

В процеженную бузу добавляют оставшийся сахар и оставляют в темном месте для брожения. Буза готова, когда она взойдет, станет густой и сладкой с кисловатым привкусом и приобретет цвет топленого молока. Хранят напиток в прохладном месте. Подают на десерт.

### **Квас из ржанных корок** (сэрке домашний — из татарской кухни)

200 г ржанных корок, 3 стакана воды.

С ржаного хлеба тонким слоем срезают поджаристые верхние корки, нарезают их на мелкие кусочки и помещают в эмалированную посуду, заливают кипяченой теплой водой, плотно закрывают крышкой и настаивают в течение 7—8 суток в теплом месте. Полученный уксусный напиток (домашний уксус) нужно процедить.

### **Кумал** (квас поосетински)

Кукурузную муку замачивают в подогретой до температуры 25—30 °С воде на 10—12 ч. Полученную кашу разбавляют водой до густоты вязкой

каши и появления на поверхности жировых пятен. Остужают до температуры 15—20 °С. Добавляют сахар, дрожжи и оставляют бродить. После сбраживания разбавляют кипяченой водой, процеживают через частое сито и оставляют в холодном месте на 3—4 ч.

### **Квас с лимоном**

(польская кухня)

На 1 кг ржаного хлеба: 10 л воды, 4 стакана сахарного песка,  $\frac{1}{5}$  палочки прессованных дрожжей, 1 ст. ложку лимонной кислоты или сок 2 лимонов.

Ржаной хлеб подсушивают, заливают кипятком, дают постоять несколько часов. Когда остынет, процеживают, добавляют сахарный песок, дрожжи, лимонный сок или лимонную кислоту. Оставляют на 2 ч, после этого разливают в бутылки, закупоривают их и выносят на 3 суток в холодное место.

### **Румынский квас**

В большую кастрюлю кладут сахар, нарезанные кусочки лимона, изюм и ошпаривают кипятком. Кастрюлю накрывают полотенцем и, когда вода остынет, вливают разведенные в воде дрожжи и добавляют  $\frac{1}{2}$  ч. ложки соды.

Через 12 ч квас процеживают и разливают в бутылки, положив в каждую по 2—3 изюминки. Бутылки закупоривают, держат еще 2 ч в теплом месте и относят в холодное место. Через 2—3 суток квас готов.

### **Квас-борщ**

(румынская кухня)

Борщ готовят обычно в дубовых кадушках вместимостью 8—10 л или глиняных горшках.

Четверть кадушки наполняют пшеничными отрубями, смешанными с горстью кукурузной муки, смачивают холодной водой и заливают крутым кипятком на  $\frac{3}{4}$  высоты кадушки. Когда смесь остынет, добавляют 0,5 кг оставшихся от прежнего борща закисших отрубей. Если закисших отрубей нет, то вместо холодной воды можно смочить отруби борщом. Можно положить вишневую веточку. Сусло перемешивают, покрывают полотенцем и ставят в теплое место. Через 24 ч борщ готов. Перед употреблением его процеживают.

### **Квас литовский имбирный**

На 800 г сухарей из ржаного хлеба: 5 л воды,  $1\frac{1}{2}$  стакана яблочного сиропа, 35 г дрожжей, 300 г сахара, 6 г имбиря.

Ржаные сухари заливают кипятком и через 5—6 ч сливают полученное сусло. Имбирь варят в воде 20 мин, процеживают, вливают в хлебное сусло, доводят до кипения и охлаждают. Добавляют яблочный сироп, сахар, дрожжи, размешивают и оставляют бродить.

### **Квас с лимоном и изюмом**

(литовская кухня)

На 1 кг ржаного хлеба: 8 л воды, 2 стакана сахарного песка, 2 ст. ложки изюма, 1 ч. ложку лимонной кислоты или сок 1 лимона,  $\frac{1}{4}$  палочки прессованных дрожжей, разведенных в  $\frac{1}{2}$  стакана теплой воды с 2 ст. ложками муки.

Ржаной хлеб, нарезанный на кусочки и высушенный в духовке, заливают горячей водой и тщательно перемешивают. Когда сусло остынет до температуры парного молока, добавляют в него разведенные дрожжи и дают постоять 12 ч. После этого процеживают и в жидкость добавляют сахарный песок, изюм, лимонную кислоту

или сок лимона, все перемешивают и опять оставляют на 12 ч. Затем квас разливают в бутылки и плотно закупоривают их. Через 24 ч квас готов.

### **Култенис**

(латвийская кухня)

Ржаную муку грубого помола заливают крутым кипятком и готовят жидковатое тесто. Взбивают его до тех пор, пока оно не станет однородным, светлым и пенистым. Затем разбавляют теплой водой, чтобы жидкость была чуть слизистой, добавляют закваску из ржаного теста (остатки предыдущего кваса, для ускорения брожения добавляют дрожжи, сахар или мед) или взбитую простоквашу и ставят в теплое место. Готовый квас имеет приятный вкус кислого молока. Его хранят в холодном месте.

### **Чайный квас**

(японский гриб)

Чайный квас готовят из чайного гриба, известного жителям Забайкалья еще с прошлого столетия. Чайный гриб — студенистое образование, которое вырастает на подслащенном чае, имеет кисловатый, довольно приятный вкус.

Чайный гриб — симбиоз бактерий и дрожжей. Благодаря их жизнедеятельности в подслащенном чае происходит брожение с образованием органических кислот — уксусной, глюконовой, молочной, небольшого количества спирта и диоксида углерода.

Чайный квас считается в народной медицине лечебным средством при некоторых заболеваниях. Чайный гриб был завезен в Забайкалье из Японии, поэтому его называют японским грибом.

Настой чайного гриба обладает свойством приостанавливать рост и развитие различных микроорганизмов и даже убивать их, т. е. обладает антибиотическим действием.

Готовят настой чайного гриба следующим образом. Кусочек гриба кладут в стеклянную банку и заливают охлажденным подслащенным жидким чаем (2 ч. ложки сахарного песка на 1 стакан чая). Банку прикрывают марлей в два слоя и выдерживают при комнатной температуре, примерно через 7 суток напиток готов.

Пить этот тонизирующий напиток следует только свежим — давностью не более трех (если хранить в темном прохладном месте) или пяти (если хранить в холодильнике) недель. Готовый напиток рекомендуется употреблять по половине или одному стакану три раза в день за 30 мин до еды.

Художник *А. В. Петров* Редакторы *А. В. Никитина. Г. В.  
Быковская*  
Корректор *Л. В. Соколова* Технический редактор *Л. В.  
Скоробогатова*

Тираж 1000 экз.

Производственно-издательский комбинат ФКК "Росхлебопродукт"  
123290. Москва, Шмитовский пр., 39

Музей при фирме  
«Хлеб России»  
подготовил материалы  
по кулинарному  
искусству, традициям  
и обычаям, связанным  
с хлебом:

- Как питались  
и лечились наши деды
- Хлеб III тысячелетия
- Пироги и пирожки
- Коллекции рецептов  
приготовления кваса
- Российские свадебные  
обряды, деликатесные  
напитки
- Традиции русских  
праздников
- Праздничный стол
- Российская кухня  
в традициях и обычаях



В целях возрождения  
старинных традиций  
предлагаем сотрудничество  
по изданию данных книг  
на льготных условиях.  
Обращайтесь по адресу:  
117292, г. Москва,  
ул. Кржижановского, 6.  
Тел. 129-76-09