

ОВОЧІ

# Топінамбур у пряному маринаді

Хрумкі бульби, куркума й кисло-солодкий маринад із прянощами. Це перевірений рецепт оцтової заготівлі з обробкою у водяній бані; ферментація тут не відбувається.

Автор рецепта: National Center for Home Food Preservation · University of Georgia



Інгредієнт рецепта: свіжі бульби топінамбура.

**ЧАС**

24 години замочування + близько 60 хвилин на підготовку + 12-24 години на охолодження

**ВИХІД**

Близько 10-12 банок по 473 мл (американська пінта, pint)

**Метод:** Маринування в 5%-му оцті + обробка в киплячій водяній бані

**Сезон:** Пізня осінь і зима

**Зберігання:** Правильно оброблені й герметично закриті банки зберігайте в прохолодному, темному та сухому місці, бажано за температури 10-21°C; для найкращої якості використовуйте протягом року. Після відкриття зберігайте в холодильнику за температури не вище 4°C і набирайте чистим столовим прибором. Джерело рецепта не зазначає окремого строку зберігання після відкриття. Якщо відсутність вакууму помічено протягом 24 годин після правильно виконаної обробки, охолодіть продукт і використовуйте протягом тижня. Не куштуйте вміст банок із порушеним вакуумом, пліснявою, підтіканням, здutoю кришкою або іншими ознаками псування.

## Інгредієнти

- 7,57 л ретельно вимитих і нарізаних бульб топінамбура за об'ємом (2 американські галони)
- Харчовий оцет кислотністю 5%: стільки, щоб повністю покрити бульби
- 473 мл солі для консервування за об'ємом (2 американські мірні чашки)
- Близько 60 мл куркуми (4 столові ложки)
- 10-12 червоних перців середнього розміру, по одному на банку; джерело не зазначає сорт і гостроту
- 3,785 л харчового оцту кислотністю 5% для гарячого маринаду (1 американський галон), додатково до оцту для замочування
- 2,72 кг цукру (13 американських мірних чашок / 6 фунтів)
- Близько 120 мл суміші прянощів для маринування (½ американської мірної чашки), зав'язаної в мішечку

ПІДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

*Natalia Horbach*

Джерела та історія на сайті Fermentarnia  
fermentarnia.com



сторінка 1

РЕЦЕПТ НА САЙТІ

Топінамбур у пряному маринаді / продовження

- Близько 30 мл куркуми (2 столові ложки)

## Обладнання

- 10-12 банок Mason по 473 мл (pint) із металевими кришками з двох частин
- Ємність для замочування, придатна для контакту з харчовими продуктами
- Каструля для маринаду, каструля для водяної бані з решіткою та щипці для банок

## Приготування

### 1. Підготуйте водяну баню

У каструлі з кришкою та решіткою підігрійте воду приблизно до 60°C. Використовуйте банки Mason зазначеного об'єму й металеві кришки з двох частин: пласкої кришки та нагвинчуваного кільця. Вимийте банки й тримайте їх гарячими, кришки підготуйте за інструкцією виробника. Якщо рецепт передбачає замочування на ніч, водяну баню та банки підготуйте лише в день наповнення.

### 2. Підготуйте бульби

Ретельно відмийте топінамбур щіткою під проточною водою й наріжте шматочками. Покладіть у ємність, придатну для контакту з харчовими продуктами.

### 3. Замочіть на 24 години

Повністю покрийте топінамбур 5%-м оцтом. Додайте сіль і 4 столові ложки куркуми, перемішайте й залиште на 24 години. Це замочування в оцті, а не ферментація.

### 4. Приготуйте маринад

Приблизно за 30 хвилин до завершення замочування з'єднайте 3,8 л 5%-го оцту, цукор, мішечок із прянощами й 2 столові ложки куркуми. Варіть за дуже слабого кипіння 20-25 хвилин. Вийміть мішечок із прянощами.

### 5. Наповніть гарячі банки

Відцідіть топінамбур і вилийте рідину, в якій він замочувався. У кожную гарячу банку покладіть порцію бульб та один червоний перець. Залиште 1,3 см вільного простору до верхнього краю.

### 6. Додайте гарячий маринад

Залийте вміст маринадом до рівня 1,3 см нижче краю. Видаліть бульбашки повітря, знову перевірте рівень, протріть край чистим вологим паперовим рушником і закрийте банки за інструкцією виробника.

*Natalia Horbach*



*Топінамбур у пряному маринаді / продовження*

## 7. Обробіть у киплячій водяній бані

Поставте банки вертикально на решітку в підігрітій водяній бані. Вода має покривати кришки щонайменше на 2,5 см, а за обробки довше 30 хвилин щонайменше на 5 см. Накрийте каструлю та доведіть воду до інтенсивного кипіння. Лише після цього відрахуйте час: 10 хвилин на висоті до 304,8 м над рівнем моря; 15 хвилин на висоті понад 304,8 і до 1828,8 м; 20 хвилин на висоті понад 1828,8 м. Підтримуйте інтенсивне кипіння. Якщо воно припиниться, після повторного закипання відрахуйте весь час заново.

## 8. Охолодіть і перевірте герметичність

Вимкніть нагрівання, зніміть кришку каструлі й зачекайте 5 хвилин. Вийміть банки, тримаючи їх вертикально. Залиште нерухомо охолоджуватися на 12-24 години; не натискайте на кришки й не підтягуйте кільця. Перевірте герметичність, зніміть кільця, вимийте та висушіть банки, підпишіть дату.

## Поради

Це оцтовий маринад, а не ферментація. Не замінюйте 5%-й оцет домашнім оцтом, комбучею або оцтом із невідомою кислотністю. Дотримуйтеся пропорцій, розміру банок, вільного простору під кришкою та повного часу обробки.

Американська мірна чашка (US cup) дорівнює 236,6 мл; американська пінта (US pint) становить 473,2 мл, а пів пінти (half-pint) становлять 236,6 мл. Маса в грамах для інгредієнтів, які відмірюють за об'ємом, є орієнтовною; вихідною мірою рецепта залишається об'єм. Ці строки обробки не можна застосовувати до більших банок.

Режим домашнього консервування не є підтвердженням безпечності комерційного виробництва. Якщо змінюються масштаб, пакування або сировина, потрібно оцінити процес і строк придатності конкретного продукту.

Алергени: суміш прянощів для маринування може містити ГІРЧИЦЮ, СЕЛЕРУ або інші алергени. Перевірте повний склад суміші та етикетку оцту. Сульфіти зазначають за вмісту понад 10 мг/кг або 10 мг/л у готовому продукті; враховуйте специфікації використаної сировини.

Джерело не зазначає сорт і гостроту червоного перцю. Не збільшуйте кількість перців або об'єм бульб.

## Як подати

Пряний кислий додаток до запеченого м'яса, паштету, сирів і м'ясних закусок. Дрібно нарізаний топінамбур можна додати до картопляного салату вже під час подачі.

ПІДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

*Natalia Horbach*

Джерела та історія на сайті Fermentarnia  
fermentarnia.com



сторінка 3

РЕЦЕПТ НА САЙТІ

*Топінамбур у пряному маринаді / продовження*

## Про продукт

### Це соняшник, а не артишок

Топінамбур, *Helianthus tuberosus*, є бульбоносним родичем соняшника з родини айстрових. За даними Kew, його природний ареал охоплює центральну та східну Канаду, а також США. З артишоком його поєднує ботанічна родина та подібність смаку, але різновидом артишоку він не є.

## Історія страви

### Звідки в назві «єрусалимський»?

Рослина походить із Північної Америки, а не з Єрусалима. Royal Horticultural Society наводить поширене пояснення англійської назви: Jerusalem могло виникнути внаслідок зміни італійського слова *girasole*, тобто «соняшник». Missouri Botanical Garden зазначає, що корінні жителі Америки використовували бульби ще до 1600 року, а до Європи їх привезли на початку XVII століття. Це задокументована історія вирощування, а не дата «винайдення» маринаду.

## Під мікроскопом

### Що каже наука

Бульби топінамбура багаті на інулін. Метаболомне дослідження трьох сортів показало, що під час зимівлі склад бульб змінювався: кількість інуліну зменшувалася, вміст частини простіших цукрів зростав, змінювався ступінь полімеризації фруктанів. Для невеликого виробника це означає практичну потребу стандартизувати сорт, строки збирання та умови зберігання сировини. Дослідження не стосувалося цього маринаду й не підтверджує його строк придатності або корисну дію на здоров'я. Продукт, залитий оцтом і підданий тепловій обробці, не слід представляти як пробіотичний.

ПІДГОТОВКА / NATALIA HORBACH, PhD

*Natalia Horbach*

Джерела та історія на сайті Fermentarnia  
fermentarnia.com



сторінка 4

РЕЦЕПТ НА САЙТІ