

**Aproveitamento de alimentos: conservas**  
*EMATER. Rio Grande do Sul/ ASCAR.*

Volante / 2004

Cód. Acervo: 40714

© Emater/RS-Ascar



Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.12287/40714>

Documento gerado em: 07/11/2018 17:47

O Repositório Institucional (RI) da Extensão Rural Gaúcha é uma realização da Biblioteca Bento Pires Dias, da Emater/RS-Ascar, em parceria com o Centro de Documentação e Acervo Digital da Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEDAP/UFRGS) que teve início em 2017 e objetiva a preservação digital, aplicando metodologias específicas, das coleções de documentos publicados pela Emater/RS- Ascar.

Os documentos remontam ao início dos trabalhos de extensão rural no Rio Grande do Sul, a partir da década de 1950. Portanto, salienta-se que estes podem apresentar informações e/ou técnicas desatualizadas ou obsoletas.

1. Os documentos disponibilizados neste RI são provenientes da coleção documental da Biblioteca Eng. Agr. Bento Pires Dias, custodiadora dos acervos institucionais da Emater/RS-Ascar. Sua utilização se enquadra nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
2. É vetada a reprodução ou reutilização dos documentos disponibilizados neste RI, protegidos por direitos autorais, salvo para uso particular desde que mencionada a fonte, ou com autorização prévia da Emater/RS-Ascar, nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
3. O usuário deste RI se compromete a respeitar as presentes condições de uso, bem como a legislação em vigor, especialmente em matéria de direitos autorais. O descumprimento dessas disposições implica na aplicação das sanções e penas cabíveis previstas na Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 e no Código Penal Brasileiro.

Para outras informações entre em contato com a Biblioteca da Emater/RS-Ascar - E-mail: [biblioteca@emater.tche.br](mailto:biblioteca@emater.tche.br)

# Aproveitamento de Alimentos

# CONSERVAS

## CONSERVA DE PEPINO

### Ingredientes:

Pepinos  
1 litro de água  
2 litros de vinagre branco  
60 gramas de açúcar  
30 gramas de sal  
Louro, mostarda, erva-doce.

### Modo de Fazer:

- 1º Lavar bem os pepinos
- 2º Branquear os mesmos durante 2 minutos.
- 3º Colocar em vidros esterilizados com os condimentos.
- 4º Ferver a água, vinagre, sal, açúcar e temperos e derramar nos vidros com os pepinos até transbordar.
- 5º Fechar e ferver em banho maria durante 15 minutos.
- 6º Reapertar as tampas e identificar os vidros.
- 7º Guardar em lugar **seco escuro e ventilado.**



### Observações:

*O mesmo processo pode ser utilizado para cebolinha, cenoura, beterraba, couve-flor, chuchu, vagem, pimentão, etc.*  
*O processo de branqueamento consiste em escaldar e resfriar os alimentos imediatamente (ver tabela).*  
*O tempo de fervura depende do produto, conforme a sua consistência.*  
*Para acentuar o sabor dos produtos podemos usar: rodela de cebola, dente de alho, pimentinha, erva-doce, louro, mostarda, pimenta do reino em grãos, etc.*

## CONSERVA DE HORTALIÇAS MISTAS

### Ingredientes:

3 kg cebolinha  
1 couve-flor pequena  
1 kg de pepinos pequenos  
1 kg de vagem  
1 kg cenoura  
60 g de açúcar  
30 g de sal  
Louro, mostarda, erva doce.



### Modo de Fazer:

- 1º Lavar bem as hortaliças.
- 2º Cortar as hortaliças em fatias, cubos ou tiras.
- 3º Branquear a cebolinha, couve-flor, pepino, vagem e cenoura conforme o tempo estabelecido.
- 4º Ferver o vinagre, sal, açúcar e temperos.
- 5º Derramá-lo nos vidros com as hortaliças já arrumadas, até transbordar.
- 6º Fechar e ferver em banho-maria durante 15 minutos.
- 7º Reapertar as tampas e identificar os vidros.
- 8º Guardar em lugar, escuro e ventilado.

# TABELA DE TEMPO PARA ESCALDAR OS VEGETAIS E LEGUMES

VEGETAL	TEMPO PARA ESCALDAR EM MINUTOS
Alho Porró	02 a 04 min.
Acelga	01 a 02 min.
Abobrinha	02 a 04 min.
Abóbora Madura(em pedaços)	03 min.
Alcachofra	05 a 08 min.
Aipo	03 a 04 min.
Aspargo	02 a 03 min.
Almeirão	02 a 03 min.
Berinjela	02 a 04 min.
Beterraba Pequena	02 a 03 min.
Beterraba Grande ( só cortá-la após o resfriamento)	07 a 09 min.
Brócolis	03 a 04 min.
Cebola	02 min
Couve de Bruxelas	04 min.
Couve-flor	03 min.
Couve-Manteiga	02 min.
Cogumelos ( refogados em manteiga)	03 a 04 min.
Cogumelos	03 a 04 min.
Cenouras em pedaços (pequenos)	02 a 03 min.
Cenouras Inteiras	04 a 05 min.
Chicória	02 min.
Ervilhas Frescas (podem ser guardadas cruas)	01 a 02 min.
Feijões em Favas	04 a 06 min.
Espinafre (esfrie, esprema um pouco e congele)	02 min.
Milho Verde na Espiga	03 a 04 min.
Milho Verde em Grão	03 min.
Mostarda	02 min.
Mandioca	03 a 04 min.
Nabo em Pedaços	02 min.
Palmito	03 min.
Pepino	02 min.
Pimentão (pode também ser guardado cru)	02 min.
Quiabo	03 min.
Rabanetes	01 min.
Salsa (guardar crua, lavada e seca)	02 min.
Salsão (cru ou branqueado)	02 min.
Vagem	03 min.

