



Tāpat kā katru gadu, arī šogad augļudārzi priecē mūs ar bagātīgu ābolu ražu. Šis sulīgais un reizē arī veselīgais auglis gadu gaitā cilvēkiem kalpojis gan par varas, gan grēkā krišanas simbolu, bet lai kāda arī nebūtu bijusi ābola lomu vēsturē, mūsdienās kārtīgs augļudārzs nav iedomājams bez kaut vienas ābeles.

Ābeļu dzimtene ir Austrumāzija, no kurienes šis rožu dzimtas augs izplatījās visā pasaulē un kļuva arī par neatņemamu Latvijas augļudārza iemītnieku. Āboli aug ne tikai mūsu tuvējās kaimiņvalstīs kā Polija un Vācija, bet arī tālās un eksotiskās valstīs, kā, piemēram, Jaunzēlandē, Ķīnā vai Dienvidamerikā. Tā kā āboli tiek audzēti visur pasaules mērenajā klimatā, turklāt visas ābolu šķirnes netiek reģistrēta, apzināt visas ābolu sugas kādas vien uz pasaules sastopamas, nav iespējams. Piemēram, tikai Vācijā vien ir sastopamas 3000 līdz 4000 dažādas ābolu sugas.

To, vai ābols, par pamatu ņemot Bībeli, ir tikpat vecs kā pasaule, var tikai minēt, taču nav nekāds noslēpums, ka jau sirmā senatnē šis auglis ir simbolizējis vitalitāti un veselību. Ne velti angļu sakāmvārds no 19. gadsimta vēsta – viens ābols dienā palīdzēs turēties no ārsta pa gabalu, jo regulāra ābolu, ābolu sulas un ābolu etiķa lietošana uzturā var pasargāt no dažādām ikdienas saslimšanām. Tāpēc ābolu laikā ieteicams ne tikai regulāri mieloties ar šiem augļiem svaigā veidā, bet arī parūpēties par to uzglabāšanu un pārstrādi.

Lai ābolu uzglabātos visu ziemu, kā tikko no zara plūkti, jāievēro šādi noteikumi:

Augļu dārza bagātība – āboli

Autors Administrator

Pirmdiena, 20 augusts 2012 15:28

- Nepieciešama zema temperatūra (optimāli tie ir + 4 grādi);
- Telpā, kurā tiks uzglabāti āboli, jābūt mitram gaisam;
- Telpai jābūt labi vēdināmai;
- Uzglabāt var tumšā vietā kā pagrabs, garāža vai bēniņi;
- Uzglabājot augļus jānovieto vienu otram blakus, bet tā, lai tie nesaskartos.

Mājas apstākļos ābolus var uzglabāt arī vēsā vietā plastikāta maisiņos, kuros ar adatu izdurti caurumi. Laiku pa laikam maisiņi jāpārbauda un jāizmet bojātie augļi, lai tie neveicinātu veselo ābolu bojāšanos.

Ābolu laiks katrā virtuvē paver iespējas visdažādāko kulinārijas izstrādājumu gatavošanai – tos var vārīt ievārījumos, taisīt kompotus, spiest sulu, raudzēt vīnu un sidru, tos var žāvēt, pievienot salātiem no dārzeniem, zivīm, putnu gaļas, siera, izmantot kā piedevu putrām un gaļas ēdieniem, cept, pildīt, pagatavot no tiem štrūdeli, ābolmaizi, tortes, pievienot pankūku mīklai un vēl, un vēl.

Pārstrādājot ābolus jāņem vērā to garšas īpatnības, jo, piemēram, skābie āboli ātrāk izšķīst, tāpēc tie piemēroti biezeņa pagatavošanai, sambukam, suflē, debesmannai, turpretī saldo šķirņu āboli ir stingrāki, un tos var izvēlēties ēdieniem, kur āboliem jāzaglabājas veseliem - karamelizētiem, pildītiem, ceptiem āboliem un citiem ēdieniem. Piemēram, Antonovka – ir lieli, gaiši zaļi, skābi, bet aromātiski āboli, kas piemēroti sulai, ābolu kūku un pīrāgu pagatavošanai, kā arī konservēšanai. Baltais dzidrais ir ābolu šķirne, kas lieliski piemērota kompotam, ābolu biezenim, tūlītējai ēšanai un sulai. Lietošanai svaigā veidā piemēroti ir Beloruskoje Maļinovoje, tāpat tos var izmantot ābolu biezeņu pagatavošanai. Garšīgi āboli ēšanai svaigā veidā ir Delikates šķirnes augļi, bet Koričnoje Novoje ir labāk piemēroti desertam un pārstrādei. No tiem var pagatavot kūkas, pīrāgus, ābolu mērci. Tādas šķirnes āboli kā Viljams Pride ir ar

Augļu dārza bagātība – āboli

Autors Administrator

Pirmdiena, 20 augusts 2012 15:28

saldenu garšu, un piemēroti gan ēšanai svaigā veidā, gan pārstrādei sulā – tā sanāk tumši sarkanā krāsā un gandrīz nebrūnē.

Diemžēl ne visi cilvēki var baudīt ābolu piedāvātos labumus, jo viņiem no šiem augļiem ir alerģija. Tomēr tas nenozīmē, ka būtu pilnībā jāatsakās no ābolu baudīšanas - kaut arī alerģiskiem cilvēkiem jāizvairās no tādām šķirnēm kā Granny Smith vai Golden Delicious, viņi var mēģināt mazāk alerģiju izraisošas šķirnes kā Boskoop vai Jamba.

Ja āboli neaug piemājas dārzā, bet tos jāiegādājas veikalā vai tirgū, nepieciešams pievērst uzmanību šādām pazīmēm, lai iegādātos svaigus un augstvērtīgus augļus:

- Negatavi augļi ir zaļgani, nogatavojoties tie kļūst dzeltenīgi. Tas attiecas arī uz āboliem ar dzeltenu mizu. Šajā gadījumā gan nevajadzētu sajaukt ar āboliem, kas arī gatavi ir ar zaļu mizu.
- Uz sārtajām ābolu šķirnēm attiecas likums – jo sarkanāks ir ābols, jo labāk tas garšos.
- Veselu augļu miziņa ir nebojāta, tai nav iepuvušas vai iespiestas vietas, augļa mīkstums ir stingrs un kraukšķīgs.
- Sakaltis kātiņš norāda uz to, ka āboli ir veci.
- Ja pārdodot āboli atrodas tiešos saules staros, ieteicams izvēlēties citus, jo šādi āboli būs zaudējuši daļu savu vitamīnu un ātrāk paliks veci.

Tomēr ja par spīti visiem pūliņiem uzglabāt un pārstrādāt ābolus, tie tomēr sāk iet bojā, nevajag pārāk satraukties - dzejnieks Šillers vienmēr uzglabāja savā rakstāmgaldā pāris iebojājušos ābolus un uzskatīja, ka to smarža rosina viņa radošo dzirksti.

Augļu dārza bagātība – āboli

Autors Administrator
Pirmdiena, 20 augusts 2012 15:28

Latvijas Augļkopju asociācija

Pasākums, kas finansēts ar Eiropas Savienības un LR Zemkopības ministrijas atbalstu.

Kontaktinformācijai:

Līga Bērziņa, projekta vadītāja

+371 29716155,

prese@augliveselibai.lv