

www esportedasorte com - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com)

Prepare Suas Delícias do Verão para Todo o Ano: Dicas de Anna Higham e Sarah Johnson

Todos nós queremos sentir o amor dos frutos do verão durante todo o ano, e a primeira forma de economizar nos adegos é encher seu congelador com eles. "Saber que você tem um estoque de sol faz uma grande diferença, especialmente durante a escassez de inverno", diz Anna Higham, padeira e dona da Quince Bakery no norte de Londres. Atualmente, ela está focada [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) colocar o máximo de groselhas vermelhas no congelador possível, prontas para geleia. "Adicionar groselhas a qualquer fruta macia que não tenha acidez ou pectina realmente ajudará com o sete", ela explica - um exemplo é a ruibarba de inverno. "Honestamente, ser capaz de fazer alguns potes de geleia [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) inverno a partir do seu armazém de frutas de verão dá à [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) cozinha um cheiro de esperança." Claro, você também desejará outras frutas ao seu lado. Sarah Johnson, autora de Fruitful, congela framboesas e amoras inteiras (para misturar [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) muffins, jogar [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) crumbles ou adicionar a tartes de pêra e manteiga marrom), e corta e tira as extremidades das amoras, goiabas e outros. "Eu sei que o espaço do congelador pode ser difícil de encontrar, mas congele-os [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) camada única [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) uma bandeja primeiro, então mova a fruta congelada para sacos ou caixas plásticas", ela diz, porque assim ele manterá [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) integridade. "Damascos e alperces também congelam bem", ela adiciona, "mas é melhor püre-los primeiro; os damascos fazem uma salsa deliciosa para pudim de gengibre cozido à vapor, por exemplo, ou enxugados quentes sobre sorvete de creme de baunilha."

Higham também é grande [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) engarrafar, seja que seja pêssegos, groselhas negras ou alperces. O livro River Cottage Preserves é uma guia excelente, ela diz, e a ideia básica é colocar frutas inteiras densamente [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) frascos esterilizados, então fazer um xarope pesado para verter por cima. A quantidade de xarope que deve ser pesado (isto é, a proporção de açúcar para água) dependerá do tamanho e do tipo de fruta. "Um pêssego, por exemplo, precisa de um xarope bastante pesado, porque ele tem que penetrar [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) toda a fruta grande, enquanto as groselhas negras, sendo pequenas, precisam de um xarope mais leve." Você também pode brincar com o sabor do xarope - Higham frequentemente adiciona baunilha ou, se cerejas estiverem envolvidas, anis estrelado ou pimenta preta. "Despeje o xarope quente sobre a fruta, encha até o topo, então selhe e coloque [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) um banho de água."

Restos de frutas como tops de morangos, por outro lado, podem ser transformados [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) cordiais fáceis (frutas inteiras também funcionam aqui). "Tempere o que você tiver - 200-300g de fruta por litro de água como mínimo - deixe ferver, então deixe infundir durante a noite." No dia seguinte, esgote, adicione 20% do peso da fruta [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) açúcar e leve de volta ao

Prepare Suas Delícias do Verão para Todo o Ano

Todos nós queremos sentir o amor dos frutos do verão durante todo o ano, e a primeira forma de economizar nos adegos é encher seu congelador com eles. "Saber que você tem um estoque de sol faz uma grande diferença, especialmente durante a escassez de inverno", diz Anna Higham,

padeira e dona da Quince Bakery no norte de Londres. Atualmente, ela está focada [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) colocar o máximo de groselhas vermelhas no congelador possível, prontas para geleia. "Adicionar groselhas a qualquer fruta macia que não tenha acidez ou pectina realmente ajudará com o sete", ela explica - um exemplo é a ruibarba de inverno.

"Honestamente, ser capaz de fazer alguns potes de geleia [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) inverno a partir do seu armazém de frutas de verão dá à [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) cozinha um cheiro de esperança."

Claro, você também desejará outras frutas ao seu lado. Sarah Johnson, autora de Fruitful, congela framboesas e amoras inteiras (para misturar [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) muffins, jogar [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) crumbles ou adicionar a tartes de pêra e manteiga marrom), e corta e tira as extremidades das amoras, goiabas e outros. "Eu sei que o espaço do congelador pode ser difícil de encontrar, mas congele-os [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) camada única [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) uma bandeja primeiro, então mova a fruta congelada para sacos ou caixas plásticas", ela diz, porque assim ele manterá [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) integridade. "Damascos e alperces também congelam bem", ela adiciona, "mas é melhor püre-los primeiro; os damascos fazem uma salsa deliciosa para pudim de gengibre cozido à vapor, por exemplo, ou enxugados quentes sobre sorvete de creme de baunilha."

Fruta	Método de Congelamento
Framboesas e Amoras	Congelar inteiras
Groselhas, Amoras e Outros	Cortar e tirar as extremidades
Damascos e Alperces	Püre antes de congelar

Higham também é grande [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) engarrafar, seja que seja pêssegos, groselhas negras ou alperces. O livro River Cottage Preserves é uma guia excelente, ela diz, e a ideia básica é colocar frutas inteiras densamente [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) frascos esterilizados, então fazer um xarope pesado para verter por cima. A quantidade de xarope que deve ser pesado (isto é, a proporção de açúcar para água) dependerá do tamanho e do tipo de fruta. "Um pêssego, por exemplo, precisa de um xarope bastante pesado, porque ele tem que penetrar [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) toda a fruta grande, enquanto as groselhas negras, sendo pequenas, precisam de um xarope mais leve." Você também pode brincar com o sabor do xarope - Higham frequentemente adiciona baunilha ou, se cerejas estiverem envolvidas, anis estrelado ou pimenta preta. "Despeje o xarope quente sobre a fruta, encha até o topo, então selhe e coloque [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) um banho de água."

Restos de frutas como tops de morangos, por outro lado, podem ser transformados [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) cordiais fáceis (frutas inteiras também funcionam aqui). "Tempere o que você tiver - 200-300g de fruta por litro de água como mínimo - deixe ferver, então deixe infundir durante a noite." No dia seguinte, esgote, adicione 20% do peso da fruta [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) açúcar e leve de volta ao

A disparidade entre a [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) exposição média e as das populações brancas crescerá à medida que o lago secar ainda mais.

O grupo mais exposto a partículas veria níveis cerca de 16% maiores do que o menor se secasse totalmente. O artigo revisado por pares é os primeiros para encontrar pessoas negras são as principais afetadas pelos efeitos tóxicos da secagem lago, ea situação tem uma camada ambiental justa", disse Sara Grineski (Universidade) pesquisador [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) Utah principal autor).

"Enquanto todos os moradores próximos enfrentam exposições de poeira insalubres, as descobertas revelam disparidade da exposição para grupos socialmente desfavorecidos", afirma o estudo.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com)

Palavras-chave: [www esportedasorte com](http://www.esportedasorte.com) - symphonyinn.com

Data de lançamento de: 2024-08-26