



Coraz więcej Polaków stara się zdrowo odżywiać. Warzywa i owoce pełnią kluczową rolę w zbilansowanej diecie, dlatego chcemy się nimi cieszyć przez cały rok. Dobrym sposobem na zachowanie ich wartości odżywczych jesienią i zimą jest przygotowywanie domowych przetworów. Pomagają nam w tym nowoczesne sprzęty kuchenne.

Okres jesienny to idealny moment na sporządzenie domowych przetworów, zarówno tych z owoców jak i warzyw. Tradycyjne metody są często czasochłonne i mogą nas zniechęcić do podjęcia takiego wysiłku. Pamiętajmy jednak, że producenci urządzeń AGD do kuchni prześcigają się w tym, aby maksymalnie ułatwić nam to zadanie. Dodatkowym

plusem jest możliwość dodania ulubionych przypraw czy regulowania ilości cukru. W poszukiwaniu przydatnych sprzętów zajrzeliśmy do sklepu MediaMarkt, żeby skorzystać z porad fachowego personelu.

Domowe konfitury i dżemy

Dostępne w sklepach przetwory nie mogą równać się z domowym dżemem morelowym czy konfiturą ze śliwek. Sami możemy szybko przygotować słoiki wypełnione pysznymi, zdrowymi owocami, które umilą ponure poranki i pomogą przetrwać zimę. Jest to łatwiejsze niż mogłoby się wydawać. Wystarczą owoce, drewniana łyżka, odpowiedni garnek. Warto zwrócić uwagę na to, aby naczynie było wykonane z wysokiej jakości nierdzewnej stali oraz posiadało wielowarstwowe dno, dzięki któremu lepiej rozprowadza się ciepło, np. garnki Gerlach Brava lub MPM MGK-08 Stalowy ([Zestaw 4 garnków w BRAVA. Garnek stalowy 11L](#)).

Własnoręcznie przygotowane konfitury również świetnie się sprawdzą w roli prezentów, a wspólne gotowanie to niezapomniane wspomnienia dla całej rodziny.

Soki, syropy i kompoty

Wełniany koc, dobra książka i gorąca herbata z sokiem malinowym – brzmi jak przepis na idealny wieczór, kiedy pogoda nie zachęca do wyjścia z domu. Czy pełna korzennych aromatów herbata może smakować jeszcze lepiej? Oczywiście, jeśli posłodzisz ją przyrządzonym samodzielnie sokiem. W sklepach dostępny jest szeroki wybór sokowników, które umożliwiają każdemu z nas przygotowanie domowego soku czy kompotu i rozkoszowania się darami natury niezależnie od sezonu, np. sokownik Ambition 60714 (Sokownik o pojemności 8L). Domowej roboty wyroby z dużą dawką witamin to niezastąpiona metoda walki z jesienną chandrą czy przeziębieniem.

Przecieri i koncentraty

Samodzielne przygotowywanie przecierów i koncentratów warzywnych łączy się z trendem przyrządzenia posiłków od podstaw. Warto wykorzystać na przykład pomidory pochodzące z upraw ekologicznych. Potrzebna jest zaledwie chwila, aby je udusić i zmiksować przy użyciu blendera (np. [Blender BRAUN](#), [Blender BOSCH](#)), żeby podczas zimowych miesięcy cieszyć się aromatyczną i rozgrzewającą zupą czy kremowymi sosami. Poręczny blender znajdzie zastosowanie w naszej kuchni przez cały rok, dlatego jest to sprzęt, na którego zakup warto się zdecydować. Przy wyborze odpowiedniego modelu trzeba zwrócić uwagę na takie parametry jak moc czy pojemność pojemnika.

Nie tylko przetwory

Smaki lata możemy zachować przyrządzając zdrowe przekąski w postaci suszonych owoców czy warzyw przy pomocy suszarki spożywczej, np. model MPM MSG-02 ([Suszarka spożywcza MPM](#)). Możesz w niej zrobić chipsy z jabłek i bananów czy ususzyć mango. Posiada 5 sit o średnicy 33 cm i można ją wykorzystać także do suszenia ziół i grzybów. Przygotowanie w domowym zaciszu i niezawierające konserwantów produkty smakują zawsze lepiej niż te kupione w sklepie.

Na rynku dostępny jest szeroki wybór sprzętów. Jeżeli chcemy dobrać urządzenie dopasowane do naszych potrzeb, przed zakupem warto skorzystać z porad fachowego personelu sklepów MediaMarkt.



newss.pl

Domowe smaki, czyli jak dobrze przygotować się na zimę?

MediaMarktSaturn Polska

[press box](#)