

v tolikšni meri z ostalimi, da se za obnovo celičnih tkiv pridejo v poštev za tudi precej soli, kot n. pr. načela, kot smo jih našli.

Četudi zdravimo s dietetiko in nudimo ista preostala življenjska sredstva. Bolje preprečiti kakor ščiti obolenost za aku-utno proti alkoholizmu, kar vilo jetrnih bolnikov.



Če sprejete beljakovine, tem, da glavna hranila, nami, vsebujejo obenem tudi pri cirozi ista dietna načela.

Če sodobnih smernicah je njena prognoza slaba, torej tudi velja pravilo: če pi zato skušajmo zmanjšati se dosledno borimo tudi če šalo sedanje visoko šte-

#### LITERATURA:

1. Current Therapy, Saunders 1956.
2. Demole M.: Gastroenterologia, 76, 199, 1950—1951.
3. Demole M.: Schw. Med. Wochschr. No 1, 6, 1955.
4. Demole M.: Praxis, 45, 369, 1956.
5. Treatment of Infective Hepatitis — Lancet, 270, 269, 1956.

\* Po teh načelih se ravna dietetika hepatitisa in ciroze na Interni kliniki v Ljubljani. — Op. ured.

## Sterilizacija in vroče polnjenje

Vika Simčič

### Sterilizacija

Pri sterilizaciji sadja, zelenjave ali mesa segrevamo nad 80° do 100° C. S tem uničimo bakterije. Po ohladitvi se nad pokrovom in vsebino kozarca tvori brezračni prostor — vakuum — in kozarec je hermetično zaprt. S tem je okužba z mikrobi iz zunanjega zraka izključena.

Pomanjkljivost tega načina je, da se pri daljšem segrevanju uničijo vitamini, posebno A, B<sub>1</sub> in C.

Še dalj časa kot v sopari steriliziramo v električnih in plinskih pečicah, za kar potrebujemo posebno časovno tabelo.

Pri vsakem sistemu sterilizacije so vitamini uničeni in tudi aroma in okus sta precej izpremenjena.

Če hočemo uničiti bakterije na zelenjavi in mesu, jih moramo sterilizirati pri višjih temperaturah in v daljših časovnih intervalih.

Nasprotno pa se bakterije na sadju uničijo s kratkotrajnim segrevanjem od 70° do 80°. Zato je sadje bolj priporočljivo vroče polniti, ker traja manj časa, čeprav ga segrevamo do vrenja.

## Vročje polnjenje

Prednosti toplega polnjenja:

1. Tako konservirano sadje ima okus svežega sadja in je mnogo bolj aromatično.
2. S hitrejšo pripravo porabimo veliko manj kuriva ali električnega toka.
3. Ker kuhamo sadje pred vlaganjem, se že skrči in zavzema manj prostora; zato potrebujemo manj kozarcev.
4. Ne potrebujemo nikakih posebnih naprav, ker segrevamo sadje v odprtih kozicah, ki ne smejo biti okrušene.

## Posoda

Za sokove uporabljamo steklenice in gumijaste pokrovčke. Vrat steklenice mora biti na vrhu raven, ne izbočen.

Za jagodičasto sadje bi morali imeti patentne kozarce s 6 cm, za ostalo sadje pa z 28 cm široko odprtino. Lahko uporabljamo vse patentne kozarce.

Za vlivanje sadja v kozarce potrebujemo lij s širšo odprtino. Najboljši je steklen, dober pa tudi položen in neokrušene kozice.

## Priprava

Steklenice in kozarce pred polnjenjem dobro umijemo s sodo in splaknemo s toplo vodo, gumice pa umijemo v topli vodi.

Steklenice položimo z vratom navzdol počasi v vročo vodo od 60—70° C in počasi obračamo. Nato jih napolnimo z vročo vodo do  $\frac{3}{4}$  njene višine in postavimo v vročo vodo. Tu jih pustimo do uporabe. Ko je sadje za vlaganje kuhano, zlijemo vodo iz steklenic in jih ponovno postavimo v vročo vodo. V isti vodi segrevamo tudi stekleni lij, pokrov, gumico in vzmet. Tako segrevamo vsaj 5 minut.

## Kuhanje sadja

Sladkor z vodo skuhamo. Nato dodamo v sladkorno raztopino le toliko sadja, kolikor ga potrebujemo, da napolnimo en kozarec ali steklenico. Sadje kuhamo toliko časa, da se dvignejo zračni mehurčki, zlasti na robu posode. Vodo iz kozarca izlijemo, postavimo nazaj v vodo in s penavko takoj napolnimo vroče sadje brez soka do 1 cm pod robom. Sok še enkrat prevremo in vrelega vlijemo čez sadje do roba, tako da teče skoro čez. Takoj nato zapremo z mokro gumico, pokrovom in vzmetjo. Kozarce postavimo na prtič in ohladimo. Pazimo, da ni na prepihu. Po ohlajenju se para zgosti in nastane vakuum. S tem je pritisk zunanega zraka večji in pritiska pokrov na kozarec kot pri sterilizaciji. Zaradi varnosti pustimo vzmeti do uporabe na kozarcu.

Kadar vlagamo v večje kozarce, je nevarnost, da se sadje razkuha, če ga kuhamo v večji množini. Zato ga polnimo dvakrat. Najprej skuhamo polovico sadja in ga vložimo brez soka v kozarce. V istem soku skuhamo še drugo polovico. S tem sadjem dopolnimo kozarce in zalijemo z vrelim sokom. Po polnjenju prvega dela sadja moramo kozarce pokriti s steklenim pokrovom, da se ne ohladi in okuži z mikrobi.

Vroče polnjenje sadnega soka:

Sok segrevamo od 72 do 75° C. Najprej segrejemo le za eno steklenico soka v eni kozici. V drugi kozici ga segrejemo za drugo steklenico. Ko vlijemo iz prve kozice sok v steklenico, pristavimo sok že za tretjo steklenico. Tako segrevamo enakomerno, brez bojzani, da nam sok zavre. Vroč sok takoj polnimo v vroče steklenice do 4 cm pod robom, jih takoj zamašimo s prekuhanimi novimi zamaški, zavežemo z apotekarskim vozlom, poveznemo v košaro, obloženo s krpo, in ohladimo. Ohlajene steklenice parafiramo. Če rabimo gumijaste obročke, polnimo sok do roba in takoj zapremo.

### Shranjevanje

Steklenice shranjujemo v kleti na temnem, suhem in zračnem prostoru z enakomerno toploto, ne nad 9—12° C in ne pod 0° C.

Iz tega izvajanja je razvidno, da temeljita sterilizacija in vroče polnjenje na istih načelih konserviranja, samo da je vroče polnjenje mnogo bolj enostavno in bolj ekonomično.

Če hočemo imeti res dobro vkuhano sadje, moramo paziti:

1. na kvaliteto sadja, ki mora biti skrbno prebrano in oprano;
2. na čistočo, ki je važen činitelj pri predelavi sadja, in
3. na pravilno izvedbo.