

16+

Сваты

Все рецепты проверены читателями!

Заготовки

Толокн

№ 9 (41), сентябрь 2018 г.

Специалка

**СЛАДКИЙ
ПЕРЕЦ****ЭКСКЛЮЗИВ:
ленивая чурчхела****ХИТ СЕЗОНА:
кабачковая икра
на ура**

МОЧЕННЫЕ ЯБЛОКИ

Внимание!

Уже можно подписаться
на «Сваты. Заготовки»
на первое полугодие
2019 года.

Наши подписные индексы:

11423 «Каталог российской прессы»

71234 «Пресса России»

П1214 «Почта России»

ISSN 2411-0787



18009>



9 772411 078008

Овощные разносолы

- ❖ Соленые зеленые помидоры без уксуса
- ❖ Кабачки-гриль в маринаде
- ❖ Баклажаны на любой вкус: с медом, квашеные

❖ ХРАНИМ ПО ПРАВИЛАМ ❖ ДАЧНЫЕ ХЛОПОТЫ ❖ ЗДОРОВЫЕ РЕЦЕПТЫ ❖ КУЛИНАРНЫЕ СОВЕТЫ ❖

Здравствуйте, дорогие!

В конце августа бурная жизнь на нашей даче стала потихоньку затихать: дети и внуки засобирались в город. И кому теперь утром печь гору блинчиков (самим-то нам много ли надо?) да собирать с кустов свежие ягоды, чтобы успеть к завтраку? Не с кем запускать воздушных змеев, строить шалаши и играть в индейцев. Наконец, насколько непривычными стали вечерние посиделки без звонкого детского смеха. Сначала мы, Сваты, взгрустнули. А потом решили: вот она, жизнь, где каждый новый день не похож на предыдущий, где есть место и веселью, и спокойствию, где молодежь мчит вперед на всех парах, а мы, люди почтенного возраста (нет-нет, отнюдь не старики) помогаем им, но при этом имеем свои интересы и увлечения.

С каким удовольствием мы паковали в коробки и ящики свежесорванные яблоки и груши для внучат — пусть лакомятся на переменках в школе. Как заботливо оборачивали в газеты каждую баночку домашнего лечо и маринованных огурчиков — для наших вечно спешащих студентов. И попутно вспоминали свою молодость, когда сами учились в институтах, тащили от родителей сумки с закаточками, картошкой, домашним салом и порой только благодаря им протягивали «от сессии до сессии». Нынешней молодежи, поди, полегче — на каждом углу можно купить гамбургер или пиццу, но как приятно, когда внучка радостно щебечет в телефонную трубку: «Бабуля, а за варенье тебе спасибо от всей нашей комнаты в общежитии — вкуснее не ели!» Дорогие наши, говорят, что нынче заготовки не в моде. Но разве могут выйти из моды забота, любовь и внимание? Поэтому призываем вас: солите сальце для любимого зятя, маринуйте помидорки для доченьки, варите джемы для внучат. А мы и наши хозяйки вам обязательно поможем. Главное, не забудьте подписаться на «Сваты. Заготовки» на первое полугодие 2019 г. — с сентября это можно сделать в любом почтовом отделении.

Внимание!

Дорогие наши!
Уже можно подписаться
на «Сваты. Заготовки»
на первое полугодие
2019 года.



Любовь
Сергеевна

Соленые грибочки мы очень уважаем! Но есть у меня одно правило: каждый вид готовлю отдельно, не смешиваю. Ведь у разных грибов — свои тонкости обработки и время приготовления. Мои фавориты для соления — грузди и рыжики.

Сушим черноплодку

Черноплодку обычно заготавливаю так: раскладываю на противне и сушу в духовке с приоткрытой дверцей или же с включенной конвекцией, часто проверяя и перемешивая.

А один раз проворонила момент — рябина пересохла и стала крошиться... Тогда я измельчила в кофемолке ягоды и всю зиму добавляла в выпечку. И вкусно, и полезно!



Маргарита
Петровна

Как-то пересушила пастилу: скрученные пласти яблочного пюре сильно затвердели — не укусить. Исправила ситуацию так: положила их в кастрюльку с налитой на дно (буквально 1-2 мм) холодной водой. Закрывает крышкой и забыла на день. Уже к вечеру пастилла была мягкой и сочной.

Деликатес из морозилки

В яблочный сезон обязательно часть фруктов... замораживаю целиком. После разморозки яблоки меняют структуру и вкус — становятся, как из печки. А еще люблю взбить мякоть такого фрукта блендером и есть с творожком — и для фигуры, и для здоровья польза.



Именно мне женушка доверяет проверять банки на прочность перед консервацией. Как я это делаю? Стучу по стеклу карандашом. Если на банке есть мельчайшая трещинка, звук будет дребезжащим и глухим. Целая банка звучит звонко. Спаечный шов должен быть тонким, иначе помешает крышке плотно «обхватить» горлышко.



Анатолий
Степанович

Вверх ногами

Когда прогноз погоды обещает первые осенние заморозки, заглядываю в теплицу: если остались зеленые помидоры, не спешу их срывать, а выкапываю кустики с корнем и, не стряхивая почву, подвешиваю в подвале с температурой 1-5 град. корнями вверх. И что вы думаете? Томаты созревают!



Фото Татьяны САНЧУК

Смотрел я, как женушка проводит манипуляции с двойной, а то и тройной заливкой овощей маринадом, и решил помочь. Мало того, что сам взялся за дело, так еще и удобный гаджет смастерил. В обычной полиэтиленовой крышке горячим гвоздем наделал побольше отверстий. Надеваю ее на банку — и при сливе воды ни один огурчик или томат не выскакивает.



Михаил
Михайлович

«Веселая» айва

Хотите сказочно вкусную наливочку к праздникам? Делюсь рецептом. Мою 800 г айвы обыкновенной, мелко нарезаю, удаляю косточки, засыпаю 400 г сахара и оставляю на пару дней. Затем

заливаю 0,5 л водки, настаиваю месяц, процеживаю и набираюсь терпения еще на месяц-два. Фильтрую напиток через ватный фильтр. Гости всегда в восторге!

Помидоры «Царевна-лягушка»

Порой погода бывает такой, что вырастить красные мясистые помидоры — та еще задача. Нападет на томаты фитофтора — и хоть плачь, приходится снимать их с кустов зелеными. Тут бы расстроиться да труды свои пожалеть, но нет! Моя семья знает: если в кухне появились ведра с «зеленками», значит, буду делать свою фирменную заготовку. А любят ее все, особенно с вареной картошечкой или картофельным пюре, да и как закуска такие помидорки хороши. К тому же готовлю без уксуса, а значит, с пользой!

В трехлитровую банку накладываю до верха мытые **зеленые помидоры** с вырезанными плодоножками. Чищу и пропускаю через чесночницу две крупные головки **чеснока**, добавляю в банку. Всыпаю 6 ст.л. **сахара**, 2 ст.л. **соли** (не йодированной и не морской). Вливаю кипяток, чтобы перелился через верх.



Без уксуса

Прикрываю стерилизованной крышкой и стерилизую 30 мин. с момента закипания. Закатываю.

Татьяна ЖИЛКО, г. Жодино. На фото — автор

Итоги конкурса «Заготовки удались»

Дорогие наши, как и обещали, подводим итоги конкурса на звание самой заправливой хозяйки. Огромное спасибо всем за присланные письма с рецептами. Лучшие из лучших были и будут опубликованы в нашем издании. Отдельная благодарность тем, кто выполнил все условия состязания, то есть поделился не только рецептом, но и снимком, на котором запечатлена закаточка и человек, ее приготовивший, либо члены его семьи, гости и друзья. Именно таким письмам мы отдавали приоритет, выбирая победителей. Знакомьтесь с тройкой призеров.

Оксана БАРДАКОВА из с. Глотова Белгородской обл. в этом номере радуется нас простым, но оригинальным салатом «Вкуснотеево».

Татьяна ПОЛЯНСКАЯ из г. Курска предлагает попробовать великолепную аджику из слив — рецепт ищите на этой же странице.

Еще в апреле **Татьяна БАРАНОВА** из г. Самары потчевала пряным морковным джемом с цитрусовым привкусом, см. №4, 2018 г.

Каждая из хозяюшек получит подарочный **сертификат фирмы REDMOND на 3 000 рублей** и сможет в торговых точках на эту сумму выбрать подарок указанной фирмы по своему вкусу. Поздравляем победительниц!

А всех, кто не вошел в призовую тройку, еще раз благодарим за участие и просим присылать свои рецепты уже вне «конкурсной программы», ведь вас ждет гонорар-поощрение за каждую публикацию. Впрочем, обещаем: новые сюрпризы не за горами. В том числе мы готовим для вас презенты в рамках подписной кампании. Все подробности — уже в следующем номере.

Организатором акции выступает ООО «Издательский дом «Толока» (214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4а, ИНН: 6730043329, ОГРН 1026701445210). Тел. для справок: (4812) 64-75-65

Груши «Для внучек»

Груши в нашей семье любят все. Чтобы лакомиться ими как можно дольше, выращиваем в саду на пяти деревьях семь сортов. Зимние сорта укладываем на хранение в свежем виде (хватает до января), часть груш сушим, а из остальных варим варенье с брусничкой или яблоками, консервируем. Этим способом заготовки пользуюсь более 30 лет.

На 4 трехлитровые банки: ♦ груши ♦ 3-4 л воды ♦ 6 ст. сахара ♦ 1 ч.л. лимонной кислоты.

Для консервации выбираю груши, проходящие по размеру в горлышко банки. Мою, срезаю немного низ, оставляю около 1 см «хвостиков». В кастрюлю вливаю воду, всыпаю сахар и лимонку, довожу до кипения и погружаю груши, чтобы они были покрыты сиропом. Через 1-2 мин. после закипания (зависит от сорта и степени зрелости груш) достаю шумовкой плоды и укладываю в стерилизованные банки. В сироп закладываю следующую партию груш. Процесс повторяю, пока не заполню все банки. Доливаю их до верха оставшимся сиропом (поровну во все банки). Если его не хватило, то лью кипяток по горлышко. Закатываю стерилизованными крышками, укутываю на сутки. Стерилизовать не надо!

МОИ СОВЕТЫ

- ♦ Это базовый рецепт. Чтобы груши получились с разным оттенком вкуса, в сироп можно добавить черноплодную рябину, виноград, алычу, сливу, резаные кислые яблоки, бруснику, клюкву.
- ♦ Количество сахара и лимонной кислоты регулируйте в зависимости от сорта груш.
- ♦ Если фрукты очень твердые, варите их чуть дольше.

Елена ЛИНКЕВИЧ, г. Пинск. На фото — автор с внучками



Аджика «От мамы»

По словам моей мамы Ольги Андреевны, этот рецепт в нашей семье «живет» уже более 30 лет. Аджика получается очень вкусной и довольно простой в приготовлении, за что ее и ценим. Кстати, в сезон простуд она еще и хорошее средство профилактики болезней.

♦ Ведро слив (5-5,5 кг) ♦ 300-500 г чеснока ♦ 6 ст.л. без верха томатной пасты ♦ 4-6 стручков красного острого перца или 2 ст.л. молотого ♦ 2-2,5 ст. сахара ♦ 5 ст.л. без верха соли.

Сливы без косточек, очищенный чеснок и стручки перца пропускаю через мясорубку, хорошо перемешиваю с солью, сахаром и пастой. Варю в закрытой кастрюле 30-40 мин. после закипания, постоянно помешивая. Оставляю остывать, а затем раскладываю в стерилизованные банки и закрываю прокипяченными сухими крышками. Храню в подвале.

Татьяна ПОЛЯНСКАЯ, г. Курск. На фото — сыночек Арсений



Бархатцы в банке

Для заготовки собираю самые обычные бархатцы, без всяких селекций — в них больше всего целебных свойств. Их называют еще «чернобривцами», у них мелкие цветочки с сильным ароматом. Маринованные бархатцы добавляю в салаты, а также подаю к мясным закускам.

- 0,5 кг цветов бархатцев • 200 мл воды
- 200 мл 9%-ного уксуса • 40 г соли.

Собираю цветы, желателно не сильно раскрывшиеся. В воду добавляю уксус, соль, довожу до кипения. Опускаю бархатцы и кипячу не более 5 мин. Пере-



Неожиданно

кладываю в банку и закрываю. Открытую заготовку храню в холодильнике.

Елена ПОЛЕНОВА,
г. Краснодар. Фото автора

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Основная ценность бархатцев — минералы и витамины, необходимые для красоты и здоровья кожи, волос, ногтей, да и всего организма. Но, безусловно, сохранность питательных веществ напрямую зависит от продолжительности варки и условий заготовки продукта. Увы, при кипячении с добавлением соли, как указано в данном рецепте, витамины разрушаются и польза теряется. Поэтому советую готовить настои или отвары — они благоприятно влияют на пищеварение, в частности, на функции поджелудочной железы. Кроме того, цветы и листья бархатцев обладают противовирусной активностью, поэтому их можно добавлять в лечебные напитки (чай, компот), чтобы быстрее поправиться при гриппе, простуде.

Что же касается противопоказаний, их не так много. Не советую заготовки из бархатцев при беременности, детям до двух лет, а также людям с аллергией на данные цветы.

Надежда КОЛТЫРИНА, диетолог-нутрициолог, г. Псков

Маринуем по правилам

Заметила, что молодые головки чеснока лучше мариновать целиком, а «постарше» — зубчиками. Перед заливкой маринадом выдерживаю чеснок некоторое время в холодной воде: он не потеряет цвет в заготовке.
Юлия ВОРОБЬЕВА,
г. Могилев



Пряная дыня

Купила дыню, а вкус у нее — ну никакой... Есть не стали. Но что с такой делать — выбросить-то жалко? Нашла выход — замариновала! Когда сняли пробу, оказалось, весьма вкусно. Такая заготовка подходит для салатов, хорошо сочетается с сыром, особенно брынзой, овощами.

- Дыня • 1 л воды • 1 ст. сахара • 1 ст. яблочного уксуса • соль — по вкусу
- семена горчицы, кориандра, укропа — по вкусу • несколько горошин черного перца • 2 колечка острого перца в стручках.

Кладу очищенную нарезанную дыню в стерилизованные банки объемом 0,5-0,6 л, добавляю пряности. Заливаю горячим маринадом, для которого кипячу воду с сахаром, солью и уксусом. Закатываю и стерилизую 5 мин. после закипания воды. Переворачиваю до остывания, но не укутываю. Храню в прохладном месте.

Татьяна РОМАНОВА,
г. Дмитров. Фото автора

Моченые яблоки

Это самый простой способ мочения яблок. Фрукты для него выбираю средних размеров и поздних сортов.

- Яблоки (сколько войдет) • 10 л воды
- 120 г сахара • 120 г соли.

Дно стерилизованных банок застилаю чистыми листьями смородины, на них плотно укладываю хорошо промытые яблоки. Специи развожу в горячей кипяченой воде, остужаю и заливаю фрукты получившимся рассолом. Затем закрываю полиэтиленовыми крышками. Когда брожение закончится, ставлю банки в прохладное место — не выше 6 град. Готовы яблочки будут через месяц-полтора. Храню в прохладном месте.

Елена ХРАМОВА, г. Сызрань. Фото автора



Арбуз «Гурманы оценят»

Такая заготовка точно понравится гурманам. Арбузы получаются одновременно кисло-солено-сладкого вкуса. После одного кусочка хочется съесть еще один и еще, а также друзей угостить.

- На литровую банку: • арбуз • 0,5 ч.л. горошин черного перца • 2 ч.л. с верхом соли
- 4 ч.л. сахара • 3 ст.л. 9%-ного уксуса.

Сладкие и сочные арбузы нарезаю небольшими треугольниками или не очень крупными кусками другой формы. Кожуру не срезаю. Кладу в литровые банки и заливаю кипящей водой до самого верха,

прикрываю крышками и оставляю на 10-15 мин., воду сливаю. Добавляю в каждую банку соль, сахар, перец и уксус. Снова заливаю кипятком и укупориваю горячей металлической крышкой. Переворачиваю и слегка трясу банку, чтобы все специи растворились. Укутываю до остывания.

Алена ПОПИК, г. Измаил





На литровую банку: ♦ 0,6 кг кабачков
♦ 0,5 ст. растительного масла ♦ 1 ст. воды
♦ 50 мл сока лимона или фруктового уксуса ♦ 2-3 зубчика чеснока ♦ острый перец — по вкусу ♦ 1 ч.л. готовой смеси прованских или других ароматных трав ♦ 1 ч.л. соли ♦ 1-1,5 ч.л. сахара.

Синенькие без горечи

Три простых способа избавить баклажаны от горького привкуса.



Кабачки-гриль в маринаде

Овощи для этой закуски можно пожарить на обычной сковороде, запечь на противне в духовке, но особенно эффектно получается, если приготовить их на сковороде-гриль.

Нарезаю кабачки кружочками толщиной примерно 1 см, смазываю маслом и обжариваю с обеих сторон примерно по 3 мин. или запекаю. Для маринада смешиваю воду с соком (уксусом), измельченным чесноком, крупными кусочками перца, солью, сахаром, травами и

маслом, варю при слабом кипении 2-3 мин. Перекладываю овощи в стерилизованные банки, заливаю горячим маринадом и закатываю. Храню в прохладном месте.

Нина МИНИНА-РОССИНСКАЯ, г. Киров. Фото автора

Не любим с Марго мариновать кабачки, по несколько раз сливая воду из банок. Поэтому кладу овощи сразу в ведро, заливаю кипятком, а потом перекладываю в подготовленные банки, всыпаю сахар, соль и заливаю свежим кипятком. А перед закаткой — уксус под крышку. Все отлично хранится, и мороки меньше!



Баклажаны-квашенки

Получается очень вкусная закуска без добавления уксуса и сахара.

♦ 8 кг баклажанов ♦ 2 кг моркови
♦ 200 мл растительного масла ♦ 400 г чеснока ♦ пучок зелени петрушки.

Для рассола: ♦ 6 л воды ♦ 9 ст.л. соли
♦ душистый перец горошком — по вкусу.

Баклажаны нарезаю, но не до конца, мою, удаляю плодоножки и варю 10-15 мин. Даю стечь воде и остужаю. Жарю на растительном масле натертую на крупной терке морковь до полуготовности. Продукты для рассола смешиваю, кипячу и остужаю. Половину измельченного чеснока перемешиваю с морковью, добавляю часть мелко нарезанной пе-

трушки. Полученной смесью фарширую баклажаны и складываю в кастрюлю, пересыпая оставшимся чесноком и петрушкой. Часть начинки выкладываю поверх овощей, заливаю рассолом, ставлю гнет и оставляю в теплом месте на 5 дней. Затем раскладываю баклажаны с начинкой в стерилизованные банки, закрываю полиэтиленовыми крышками или закатываю. Храню в холоде.

Инна ПАВЛОВА, г. Могилев. Фото автора

Без уксуса



Квасим вместе

Когда квашу баклажаны,

фаршированные овощами, каждый как бы перевязываю стеблем сельдерея. Он не только держит синенькие в форме, но и придает особый вкус заготовке. На дно посуды кладу огурцы, томаты, сладкий перец, кислые яблоки (антоновку), а уже сверху баклажаны — все квасится вместе и получается вкуснее.

Татьяна РОМАНОВА, г. Дмитров



Медовые

♦ 5-6 средних баклажанов ♦ 100 мл сока лимона ♦ ядра 5-6 грецких орехов — по желанию ♦ 3 зубчика чеснока ♦ 2 ст.л. меда ♦ соль — по вкусу.

Баклажаны нарезаю пополам, а каждую половинку — вдоль еще на 6-8 частей. Сразу же обжариваю со всех сторон в сковороде с небольшим количеством раскаленного растительного масла, солю. Перекладываю в посуду с крышкой, вливаю сок лимона и хорошо перемешиваю с медом, измельченными орехами и чесноком, пропущенным через чесночницу, солю. Даю настояться минимум 12 часов в холодильнике под крышкой. Храню там же, но не очень долго.

Марина ПИНОЧЕТ, г. Киев. Фото автора

«Радость лета»

Очень люблю сладкие помидоры, и этот рецепт — самый удачный! Томаты накалываю в нескольких местах у плодоножки, складываю в стерилизованную литровую банку и заливаю кипятком. Воду, когда остынет, сливаю, добавляю в нее соль по вкусу, 2 ст.л. сахара и 1 ст.л. 9%-ного уксуса. Опять довожу до кипения и сразу заливаю помидоры, закатываю.
 Анна КОЗЛОВА,
 г. Новоукомль



Цветочек

Люблю такие помидорки поставить на праздничный стол или мужу с собой на мальчишник дать, а потом слушать восторженные отзывы.

На две литровые банки: • 1 кг зеленых помидоров • 6 горошин перцев (ассорти) • полстручка сладкого перца • 1-2 зубчика чеснока • пол-луковицы • пол-моркови.

Для маринада: • 1 л воды • 3 ст.л. с верхом сахара • 1,5 ст.л. с верхом соли • 2,5 ст.л. 9%-ного уксуса.

Томаты нарезаю со стороны плодоножки крест-накрест примерно до середины. Очищенные сладкий перец, чеснок, луковицу и морковь нарезаю соломкой. В разрезы помидоров вставляю кусочки овощей. На дно банки кладу перец горошком; а сверху плотно — помидоры. Дважды заливаю кипятком, третий раз — маринадом из воды, соли, сахара и уксуса. Закатываю, переворачиваю и укутываю до остывания.

Валентина ТИМКИНА,
 г. Могилев. Фото автора

Для фарширования выбираю небольшие по размеру томаты: они лучше пропитываются маринадом. Кроме того, крупные сложно уложить в банки плотно, а значит, начинка может «убежать».



Про помидоры, кот и любимую свекровь

Никогда прежде не солила помидоры. Даже не знала, как к ним подступиться! А ведь уже четвертый десяток разменяла...

На самом деле просто повода раньше не было: и бабушка, и свекровь всегда снабжали заготовками. Но в прошлом году свекровь ремонтом занялась и свой «консервный завод» на время приостановила. Тут-то муж и застал меня врасплох: «А замалосоль-ка ты мне, жenuшка, помидоров, да с зеленью. Уж больно хочется таких, как у мамы...» Первой реакцией было сказать, мол, отстань, не до этого. Но у меня есть правило четырех секунд: сперва подумай, а потом скажи. Вот и пришлось ответить: «Да, конечно. Только на рынок сбегаю».

Тут же позвонила свекрови Светлане Александровне, рецепт записала. На рынке долго высматривала понравившуюся бабушку с помидорками — такую, которой хочется помочь... Нашла!



Вспомнила, что коту его любимую ливерку купить надо, побежала в мясной отдел — есть! Думаю, вот удача: и томаты купила, и ливерка в конце дня еще осталась, обычно уже к обеду продают. Расположилась на кухне и занялась готовкой. Оказалось, ничего сложного! На следующий день решила снять пробу.

Усатый гурман

Достала парочку помидоров на дегустацию, положила на тарелку... Тут мне под ноги откуда ни возьмись наш котяра бросился. «Погоди, — говорю, — угощу и тебя». Отрезала кусочек ливерки, а он понюхал, но есть не стал. Неужто заболел? Между тем, помидоры на стол понесла, кот — за мной. Смотрю в его просящие глаза и ничего не понимаю.

Тут вспомнила, что банку не закрыла, вернулась в кладовку. Через минуту прихожу, а на столе нет одной помидор-

ки! Тут-то и закрались у меня подозрения... И точно: вижу довольного Тишку с улыбочкой чеширского кота, а на полу — помидорная «крышечка» и характерные томатные следы. Я, конечно, слышала, что домашние животные едят огурцы и арбузы, но чтобы малосольные помидоры, да еще и с зеленью!..

Все же, дай вам Бог, Светлана Александровна, здоровья; ваш рецепт — просто чудо! Даже кот на лапы поставил. Кстати, моего заготовочного «первенца» муж тоже оценил: «Как у мамы!»

Внимание: рецепт!

У помидоров со стороны плодоножки срезаю «крышечки» (их не выбрасываю), углубляясь в мякоть, чтобы в ней получилась ямочка в виде конуса. В каждуюсыпаю сахар на кончике чайной ложки, 0,5 ч.л. соли и немного измельченной зелени — петрушку, укроп, сельдерей, лук. Закрываю «крышечкой», слегка придавливаю. Укладываю фаршированные помидоры в подходящую для засолки посуду плодоножками вверх, накрываю тарелкой. Оставляю на сутки при комнатной температуре, а затем храню в холодильнике.

Александра ЛАРИНА, г. Могилев

С виноградом

На трехлитровую банку: • помидоры (сколько войдет) • несколько кистей синего винограда • 3-4 зубчика чеснока • 4-5 горошин душистого перца • 2 ст.л. соли • 4 ст.л. сахара • 1,5 ст.л. 9%-ного уксуса.

Помидоры и виноград мою, ягоды снимаю с кистей. В стерилизованную банку укладываю чеснок, перец, томаты и виноград. Заливаю кипящей водой, прикрываю стерилизованной крышкой, оставляю на 5-10 мин., выливаю воду и снова заливаю «новой» кипящей. Так поступаю и в третий раз, но на этот раз воду сливаю в кастрюлю, добавляю в нее соль и сахар, довожу до кипения. Вливаю в банку уксус, маринад, закатываю и укутываю до остывания.

Наталья КРАВЧЕНКО,
 г. Городовиковск. Фото автора



Чистить рыбу стало намного проще!
Зубцы рыбчистки легко снимают с рыбы чешую, которая попадает в контейнер. В рукоятку встроены нож для разделения рыбы.
Материал: пластик, нерж. сталь.
Размер: 20x5,5 см.
КНР.
Рыбчистка с контейнером



Вся чешуя остается в контейнере

299р.

699р.

Почистите и разделайте рыбу за считанные минуты! Зажим фиксирует рыбу, а жидкость стекает в желобки.
Материал: пластик. Размеры: 45x20 см. КНР.
Доска с зажимом для разделения рыбы

Идеальные кусочки!
Овощерезка измельчит любые овощи и фрукты идеальными ломтиками или кубиками буквально на раз-два! В комплект входит 5 насадок для различного вида измельчения.
В наборе: контейнер с крышкой и режущим устройством, 5 насадок, овощечистка.
Материал: нерж. сталь, пластик.
Размер: 30x12x15 см. КНР.
Овощерезка многофункциональная



899р.

Сказочное кружево

Узорчатая воздушная занавеска с крутой выемкой создаст ощущение легкости и зрительно увеличивает площадь кухни. Смотрится гармонично на окне любого размера. Финальный штрих в оформлении Вашего дома!
Материал: 100% полиэстер.
Размер: 170x223 см. Беларусь.
Занавеска «Кармен»

499р.

Практичное решение!

Эта жаккардовая скатерть не даст усадку, не потускнеет и не соймется от стирки. По ней не будет скользить посуда, и даже случайно посаженное пятно можно будет легко вывести.
Материал: 100% полиэстер. Размер: 150x100 см. Россия.
Скатерть «Очарование»



499р.

МОЙ МИР

Порадуйте себя подарками и полезными помощниками!

Природа на страже Вашего здоровья!

Крем с высокоэффективными компонентами способствует устранению тяжести в ногах, усталости и отечности ног, борется с сосудистой сеточкой, служит средством профилактики тромбоза и варикоза.
Объем: 75 мл. Россия.
Акулий жир и троксерутин с конским каштаном



299р.

Крем обладает восстанавливающим действием на суставы и околоуставные ткани, способствует увеличению их гибкости и подвижности, может ускорять заживление костных переломов. Эфирные масла способствуют нормализации обменных процессов, растворению солевых отложений, укреплению мышц и связок, улучшению питания межпозвоночных дисков.
Объем: 75 мл. Россия.
Восстанавливающий крем-бальзам для тела «СуперХаш и Акулий Хрящ»



299р.

199р.

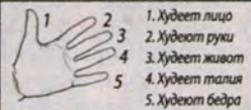
ПРИ ПОКУПКЕ ОТ 2 ЛЮБЫХ МАЗЕЙ Цена за 1 шт.



399р.

Похудейте легко и красиво!

Это кольцо создает магнитное поле, нормализующее давление и работу сердца, снимает стресс, а также снижает аппетит!
Материал: нерж. металл с магнитом и гальваническим покрытием. Размер: универсальный. КНР.
Магнитное кольцо для похудения



1. Худеет лицо
2. Худеют руки
3. Худеет живот
4. Худеет талия
5. Худеют бедра

ВАШ ПОДАРОК за любой заказ!

Стекланные емкости, 5 шт

Универсальные яркие емкости с крышками пригодятся любой хозяйке – и для хранения продуктов и для сервировки!
Материал: прочное стекло 2-3 мм, пластик. Объем и диаметр: 1 л – в 17 см; 0,53 л – в 14 см; 0,36 л – в 12,5 см; 0,23 л – в 10,5 см; 0,13 л – в 9 см. КНР.



Подходят для посудомоечной машины и микроволновки.

Количество ограничено. Уточняйте при заказе!

МОЙ МИР
moymir.ru

Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНО:**

8 (800) 250-21-76

код заказа:
PM-18-600-СВ-КУХ

Минимальная сумма заказа составляет 400 руб. без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом составляет 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: АО «Мой Мир», ОГРН 1107746773331, адрес: 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 2040. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 15.11.2018 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-18-600-СВ-КУХ. Реклама.

«Лютеница»

1 кг сладкого перца запекаю в рукаве, снимаю кожицу, измельчаю в блендере со стручком острого перца.

С 1 кг помидоров снимаю кожицу, мякоть измельчаю, вливаю к перцам, варю 30 мин., в конце добавляю 50 мл растительного масла, соль и сахар по вкусу. Разливаю в стерилизованные банки, закатываю.

Элла ИВАНОВА, г. Кривой Рог

«Вкуснотеево»

Очень люблю ваше издание, ведь в нем много интересных рецептов. Решила поделиться своим. Каждый год обязательно закрываю этот салат на зиму, моя семья его обожает!

- ♦ 1 кг огурцов ♦ 2-3 крупные луковицы
- ♦ зелень укропа (побольше) ♦ 4 ст.л. растительного масла ♦ 3 ст.л. 9%-ного уксуса
- ♦ 1 ст.л. соли ♦ 1 ст.л. сахара.

Огурцы нарезаю кружочками, лук — кольцами, укроп измельчаю. Овощи и зелень заливаю маслом и уксусом, посыпаю солью и сахаром, перемешиваю и оставляю на 7 часов в холодном месте. Плотно заполняю салатом пол-литровые банки, стерилизую в кипящей воде 10 мин. Закатываю стерилизованными крышками.

Оксана БАРДАКОВА,

с. Плотова Белгородской обл. Фото автора

На конкурс



Кабачковая икра с майонезом

Готовлю икру в мультиварке: ничего не пригорает, не нужно следить за процессом и перемешивать. Заготовка получается густой, а на вкус — кисловато-сладкой.

- ♦ 3 кг кабачков ♦ 4 луковицы ♦ 250 г майонеза ♦ 50 мл растительного масла
- ♦ 3 ст.л. сахара ♦ 1 ст.л. соли ♦ 150 г томатной пасты ♦ 50 мл 9%-ного уксуса.

Очищенные кабачки пропускаю через мясорубку. Измельченный лук обжариваю на масле в чаше мультиварки в режиме «Жарка» 8 мин., всыпаю кабачки и готовлю в режиме «Тушение» час. Добавляю сахар, соль, майонез и томатную пасту, перемешиваю и тушу еще 2 часа. За 10 мин. до готовности вливаю уксус. Раскладываю горячую икру в сухие стерилизованные банки, закатываю



Техника в помощь

прокипяченными крышками, переворачиваю, укутываю до остывания. Храню в прохладном месте.

Елена ХРАМОВА, г. Сызрань. Фото автора

Простые правила

♦ Кабачки для икры выбирайте до 15-20 см с тонкой кожурой и нежными семенами. Если овощ перезревший, очистите его. Планируете хранить заготовку долго? Собирайте кабачки для нее в августе-сентябре, не раньше.

♦ Не замачивайте овощи перед готовкой. А чтобы ушла лишняя влага, нарезанный сырой кабачок посыпьте солью и оставьте на 15 мин. в прохладном месте, затем отожмите кусочки.

♦ Лук, острый красный перец, чеснок придадут остроту и пикантность икре. Предпочитаете более нежный вкус? Тогда добавьте нарезанный сладкий перец и тертую морковь.

♦ Аромат станет ярче благодаря травам и пряностям: с кабачковой икрой хорошо сочетаются кинза, петрушка, укроп, сельдерей, черный перец, имбирь и зира.

♦ Майонез добавлять не советую: он может не лучшим образом сказаться на вкусе.

Юлия КАЧАЛОВА, повар, г. Мозилев

В прошлом году кабачковой икры заготовили с запасом. С ней и новое блюдо придумала: нарезанный кусочками куриный окорочок обжариваю, складываю в кастрюлю, добавляю немного воды, пол-литровую баночку икры, 2 ст.л. сметаны, зелень и тушу до готовности. Вся семья ест с удовольствием!



«Синьор Арбумидор»

Увидела этот рецепт и удивилась: мол, чего только люди не придумают! А потом задумалась: и помидоры, и арбузы консервируем, а почему нельзя их в одной банке соединить? Попробовала. И скажу вам, что делаю такую заготовку уже три года — ну очень вкусно! Кстати, скажу откровенно: неудачные арбузы как раз подходят для такого деликатеса.

- На трехлитровую банку: ♦ арбузы ♦ помидоры ♦ 1,2 л воды ♦ 1,5 ст.л. соли ♦ 3 ст.л. сахара ♦ 1 ст.л. 9%-ного уксуса.

В банку плотно укладываю рядами помидоры и крупные куски арбуза с кожурой (косточки по возможности удаляю). Готовлю маринад из перечисленных ингредиентов. Кипящим заливаю в банку. Стерилизую 15 мин. с момента закипания. Закатываю, переворачиваю и укутываю до остывания.

Мой совет

По желанию можно положить в банку совсем немного пряностей: укроп, лавровый лист, 2-3 горошины душистого перца.

Светлана РОЩИНА, г. Днепр. Фото автора



«Семерочка»

Заготовка так называется, чтобы легко запоминать количество ингредиентов: 2 луковицы + 2 огурца + 2 помидора + 1 перец = 7. Или: 1 литровая банка + 2 ч.л. соли + 2 ч.л. сахара + 2 ч.л. уксуса = 7. Порой готовлю салат почти из отходов: то огурец переросший попадет, то помидор подмятый — все в банку.

- 2 луковицы • 2 помидора
- 2 огурца • стручок сладкого перца • 3-5 горошин черного перца • 2 ч.л. соли
- 2 ч.л. сахара • 2 ч.л. 9%-ного уксуса.

Нарезаю овощи толщиной 4-7 мм (тоньше не рекомендую — разварятся при стерилизации). На дно стерилизованной литровой банки кладу горошины перца, затем слоями — лук, перец, огурцы, помидоры. Всыпаю соль и сахар, заливаю кипятком и стерилизую 8-10 мин. Вли-



ваю уксус, закатываю. Переворачиваю до остывания.

Мои советы

❖ Слои можно повторять и варьировать, но снизу и сверху — лук.

❖ Если огурец крупный, переросший, чищу его.

Галина БОГУТЕНКО, г. Мариуполь. Фото автора

«Острячок»

Этот рецепт придумала сама уже давно. Кто бы ни пробовал заготовку, всем нравится.

- 0,5 кг мелкой фасоли • 12 помидоров или 1 л качественного томатного сока • 10 средних баклажанов • 7 шт. моркови
- 8 стручков красного сладкого перца • 3 стручка острого перца • 3-4 головки чеснока • 2 ст.л. соли • 100 мл 9%-ного уксуса • 4-5 луковиц • 4 ст.л. томатной пасты • 4 ст.л. сахара
- зелень укропа и петрушки — по вкусу.

Фасоль замачиваю на 12 часов или на ночь, варю в подсоленной воде до готовности. Баклажаны нарезаю кубиками, солю и оставляю на 10 мин. Сладкий перец и лук нарезаю так же. Помидоры ошпариваю, снимаю кожицу, измельчаю в пюре. Морковь натираю на крупной терке. Баклажаны, лук, морковь и сладкий перец обжариваю на растительном масле по отдельности до золотистого цвета.

В томатное пюре или сок добавляю измельченные чеснок и острый перец, пасту, соль, сахар, уксус, обжаренные овощи. Всыпаю фасоль, тушу 40 мин., периодически помешивая. За 10 мин. до готовности добавляю измельченную зелень (можно без нее). Раскладываю салат в стерилизованные банки и стерилизую 0,5 л — 15 мин., 0,7 л — 20 мин.

Наталья АЛЕШИНА, г. Москва. Фото автора



Забудьте про диабет: Диабеталь вернет здоровье!



«Я диабетик с 15-летним стажем. Услышала от дочери, что в своей газете Вы писали о новом средстве Диабеталь, которое помогает быстро нормализовать сахар и борется с осложнениями. Газету найти не смогла. Поэтому прошу вас еще раз рассказать о Диабетале.»

Ольга Васильевна, 62 года

Ольга Васильевна, Диабеталь — это не имеющий аналогов натуральный лечебно-диетический продукт, созданный российскими учеными специально для нормализации уровня сахара в крови. Благодаря своему уникальному составу он повышает эффективность лечения диабета, позволяет отсрочить или уменьшить прием инсулина, укрепляет иммунитет, а также уменьшает риск появления таких осложнений, как заболевания сердечно-сосудистой системы, диабетическая нейропатия и т.д.

В чем же секрет эффективности Диабетала? В его составе! Диабеталь создан на основе бурой морской водоросли фукус, которая добывается только в экологически чистом районе Белого моря. Фукус содержит 42 элемента, жизненно необходимых для нашего здоровья. А самое главное, он содержит редкое вещество L-фукозу, которая не встречается только в женском грудном молоке и водоросли фукус. Благодаря ему происходит нормализация сахара в крови.

+1 упаковка
БЕСПЛАТНО*
Только для читателей «Сватов»



L-фукоза проникает внутрь клеток организма и запускает нарушенные реакции синтеза инсулиновых рецепторов. В результате борьба ведется не с последствиями и симптомами диабета, а непосредственно с источником заболевания!

В запатентованной технологии производства Диабетала не применяются химия и высокие температуры, поэтому все активные вещества сохраняются в натуральном виде. А благодаря молекулярной гелевой форме они усваиваются гораздо лучше, чем в сухих продуктах или таблетках. Уже через 2 часа после приема Вы почувствуете улучшение самочувствия! Диабеталь хорошо сочетается с лекарственными препаратами** и не вызывает побочных эффектов.

Звоните по бесплатной горячей линии
и назовите код акции «СВАТ»

8 (800) 100-55-60

*При покупке 3-х упаковок, 4-я бесплатно. **При соблюдении часового временного интервала. Не является лекарственным средством. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья», ОГРН 1167746824354, РФ, 127287 г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение I, комната 24. СР № RU.77.99.19.004.E.003436.02.15 от 12.02.2015 г. Акция действует с 01.09.2018 по 31.12.2018 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. РЕКЛАМА.



Зеленая аджика

Нагло заявляю о своем авторстве этой аджики, так как никто из моих знакомых листья хрена не ест — лишь в засолку иногда добавляют. Однако меня душила моя верная жаба, и мы с ней, давным-давно, будучи у подружки на даче, не смогли пережить варварское вырубание хрена: «Такой сочный, такой зеленый!» «...И несъедобный. Угомонись!» — отрезала подруга. Но она плохо знала мою жабочку: листья домой я притащила и стала думать, что с ними делать. Так и родился данный рецепт. За 15 лет пропорции продуктов менялись, но принцип приготовления оставался неизменным. Эта заготовочка — уникально-универсальная. Если смешаете ее с майонезом, сметаной или йогуртом, получите отличный соус к мясу и овощам. Добавьте измельченные ядра грецких орехов и немного уксуса — и вот уже приблизитесь к кавказской кухне. Еще в ней хорошо мариновать запеченные овощи и мясо. Все знакомые теперь, бывая у меня в гостях, спрашивают: «А «хреновина» твоя есть?» Попробуйте и вы сами приготовить, не пожалеете!

♦ 300 г остро зеленого перца ♦ 0,5 кг зелени сельдерея ♦ 30 крупных листьев хрена ♦ по большому пучку зелени петрушки и укропа ♦ 2 крупные головки чеснока ♦ 1 ч.л. уксусной эссенции ♦ соль — по вкусу.

Перец чищу в перчатках. Измельчаю в блендере или электромясорубке порциями зелень, перец и очищенный чеснок. Перемешиваю и солю (у меня вышло 0,7 кг готовой смеси, в которую я добавила 2 ч.л. соли). В центре делаю углубление, жду, пока в нем соберется сок, и вливаю эссенцию. Аккуратно размешиваю ее сначала в соке, а затем со всей массой. Оставляю на час на столе и перекладываю в сухие банки. Закрываю крышками и храню в холодильнике.

Оксана ГОРШКОВА, г. Чита. Фото автора



Не загущаю домашний томатный соус крахмалом, а увариваю его на половину объема. Процесс хоть и долгий, зато результат куда вкуснее. Да и хранится такой соус лучше «крахмального».

Масло плюс...

Пара-тройка добавок — и обычное сливочное масло превращается в изысканный деликатес. Такой хоть на булочку, хоть в пюре!



СОЛЕНАЯ СЕЛЬДЬ,
ГОРЧИЦА



ПРЯНАЯ ЗЕЛЕНЬ,
ЧЕСНОК



ТЕРТЫЙ ЛИМОН,
САХАР



СУШЕНЫЕ ГРИБЫ



ВЯЛЕННЫЕ ТОМАТЫ,
СЛАДКАЯ ПАПРИКА

Можно разливать!

Чтобы узнать, готов ли томатный кетчуп, капаю немного на блюдце. Если он не растекается и нет водянистого ободка вокруг томатной «кляксы», пора снимать с огня.

Тамара ПИРЯТИНА, г. Киев

Сливовый «Острячок»

♦ 1 кг слив ♦ 2 стручка сладкого перца ♦ 3 луковицы (лучше — фиолетовые) ♦ головка чеснока ♦ 1-2 стручка острого перца ♦ 2 ст.л. растительного масла ♦ 2 ст.л. томатной пасты ♦ 2 ст.л. сахара ♦ 0,5 ч.л. соли ♦ 3 веточки петрушки.

Удаляю косточки из слив, нарезаю четвертинками. Сладкий и острый перец чищу от семян и крупно нарезаю. Сливы и овощи измельчаю в блендере или пропускаю через мясорубку. Добавляю томатную пасту, сахар, соль и растительное масло. Довожу до кипения и варю 30 мин. на малом огне, постоянно помешивая. За 10 мин. до конца варки всыпаю рубленую зелень. Горячий соус разливаю в стерилизованные банки, укупориваю, укутываю до остывания.

Мария ПЕРЕПЕЛИЦЫНА, г. Киев

Без
уксуса



Кетчуп «Сочный»

Очень вкусный домашний кетчуп без всяких вредных добавок и консервантов. Остроту регулируйте на свой вкус, в предложенном варианте заготовка не слишком острая. На хлебушек — в самый раз! Люблю подавать к мясу и пасте.

♦ 3 л домашнего томатного сока (без семян) ♦ 300 г сахара ♦ 2 зубчика чеснока ♦ 1 ч.л. соли ♦ 1 ч.л. молотого острого перца ♦ 1 ч.л. 9%-ного уксуса ♦ 1 ч.л. молотой сладкой паприки ♦ 0,5 ч.л. молотой гвоздики ♦ 0,5 ч.л. молотой корицы.

Выжимаю из томатов сок, протираю через сито, чтобы удалить семена. Увариваю до желаемой густоты с сахаром. Чеснок измельчаю и перетираю с солью. За 15 мин. до конца варки сока добавляю все пряности, чеснок и уксус. Перемешиваю и разливаю в стерилизованные банки. Закатываю.

Виктория ПИСКУНОВА,
г. Запорожье. Фото автора



афала

Героям сидячего
образа жизни



КУРСОВОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХРОНИЧЕСКОГО ПРОСТАТИТА

ООО "НПФ "Материя Медика Холдинг"; Россия, 127473, г.Москва, 3-й Самотечный переулок дом 9, Тел./факс: 8(495) 684-43-33

Per.№000371/01 реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Все готово!

Если сироп в варенье жидкий и его много, значит, лакомство недоварено или сварено очень быстро, что влияет на его вкус и качество хранения. Вот 4 признака готового варенья.

ПЕНА СОБИРАЕТСЯ В ЦЕНТРЕ ПОСУДЫ



ПЛОДЫ И ЯГОДЫ — ПОЛУПРОЗРАЧНЫЕ, НЕ ВСПЛЫВАЮТ, РАВНОМЕРНО РАСПРЕДЕЛЯЮТСЯ В СИРОПЕ



СИРОП СТЕКАЕТ С ЛОЖКИ ГУСТОЙ ТОЛСТОЙ СТРУЕЙ



КАПЛЯ ВАРЕНЬЯ НЕ РАСТЕКАЕТСЯ



Когда впервые готовила чурчхелу, решила, что с обжаренными орехами она получится вкуснее. Не повторяйте мою ошибку! Жареные ядра орехов крошатся, их просто невозможно нанизать на нитку. Берите сырые — и все обязательно получится.



Пастила

Попался мне на глаза рецепт этой пастилы и так заинтересовал, что специально купила яблоки и приготовила. Нравится, что лакомство полностью натуральное и без сахара.

Мою 1,5 кг **яблока**, удаляю сердцевину, мелко нарезаю. На дно толстостенной кастрюли (не эмалированной) наливаю

4-5 ст.л. воды и выкладываю яблоки. Варю под крышкой около 15-20 мин. Остужаю, измельчаю блендером и увариваю без крышки на малом огне примерно на 2/3 (пюре должно стать густым, золотистым). Противень застилаю пергаментом, выкладываю яблочную массу и разравниваю. Сушу в духовке с приоткрытой дверцей при 100 град. 3 часа. Готовую пастилу остужаю, снимаю с пергаментов, нарезаю полосками и сворачиваю рулетиками. Храню в стеклянной банке.

Алла КРИЦКАЯ,
г. Краснодар. Фото автора



Варенье с мятой и базиликом

♦ 4 кг кисло-сладких яблок ♦ 2 кг сахара ♦ по 100 г листьев мяты и зеленого базилика ♦ 1 ч.л. сока лимона.

У яблок вырезаю сердцевину, нарезаю ломтиками, засыпаю сахаром и оставляю, чтобы выделился сок. На малом огне довожу до кипения, снимаю пену и остужаю под крышкой. Опять довожу до кипения, кладу промытую и обсушенную зелень. Варю на малом огне, периодически аккуратно помешивая. Пену снимаю. За 5 мин. до конца варки вливаю сок лимона. Горячее варенье раскладываю в стерилизованные банки, закатываю прокипяченными крышками, переворачиваю и укутываю до остывания. Храню в прохладном месте.

Елена КАЛУГИНА,
г. Остров. Фото автора

Груши в пюре

♦ 1 кг яблок ♦ 1 кг груш ♦ 5 ст. сахара ♦ 2 ст. воды.

Мелкие яблоки оставляю целыми, крупные нарезаю ломтиками, заливаю водой и варю до мягкости. Груши чищу от кожицы и сердцевин, нарезаю кусочками. С яблок сливаю отвар, кладу в него груши и сахар. Яблоки протираю через сито, добавляю к грушам. Варю, помешивая, 15-20 мин. Готовое варенье остужаю, раскладываю в банки и храню под крышками в холоде.

Оксана ЧУБ,
г. Новосибирск. Фото автора



С орехами

В варенье из айвы добавляю рубленые ядра грецких орехов: на 3 кг плодов — 200 г. Готовлю в три приема: в первый раз держу на огне, пока масса не станет напоминать по консистенции варенье. На вторые и третьи сутки варю по 15 мин. Кусочки айвы становятся мягкими и очень вкусными!
Татьяна КУРЧИНА,
г. Днепр

Ленивая чурчхела

Друзья, вот вам чурчхела для лентяек: шикарная, из свежеежатого сока спелого терпкого винограда, с грецкими орехами — настоящая!

Это так вкусно и так отличается от той приторно-сладкой чурчхелы, которую производят в промышленных масштабах! Была удивлена, что лакомство, оказывается, готовят с добавлением муки. Даже побродила по просторам интернета в поисках надежных источников — и таки да, убедилась: в составе «правильной» чурчхелы натуральный сок, белая мука, сахар и, конечно, орехи. Благодаря муке чурчхела имеет такую плотную «резиновую» консистенцию, а без орехов похожа на желейных жевательных мишек (их люблю еще больше, чем мои дети!).



Моя чурчхела — для лентяев и тех, у кого нет времени возиться с нанизыванием орехов на толстые нити и неоднократным окунанием их в виноградный кисель. Свое лакомство я просто высушила в сушилке и нарезала полосками, еще больше упростив и так несложный рецепт.

- ♦ 1 кг синего спелого винограда
- ♦ 200-300 г целых половинок ядер грецких орехов
- ♦ 100-150 г сахара
- ♦ 2/3 ст. пшеничной муки.

Ягоды обрываю с веточек, мою, измельчаю в блендере. Массу пропускаю через

сито, добавляю сахар. В отдельной посуде смешиваю немного виноградного сока с мукой, чтобы не было комочков, вливаю к общей массе. Довожу до кипения на малом огне — получится густой кисель. Смешиваю с орехами, немного остужаю и выкладываю в лотки сушилки, застеленные пергаментом или специальными силиконовыми ковриками. Сушу при 60 град. (у меня ушло 12 часов). Готовую чурчхелу снимаю с пергаментов и нарезаю полосками. Для хранения заворачиваю в пергамент и ткань.

Елена ЖЕЛЕЗНЯК,
автор блога hlebotoli.ru/blog.
Фото автора

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Очень вкусное и питательное лакомство! Десять орехов, особенно если они разные, заменяют одну поливитаминку. Но за счет тех же орехов, сахара и муки такая сладость очень калорийна, поэтому увлекаться ею каждый день не советую. Тем не менее отнесу такую чурчхелу к категории экопродуктов — ее можно есть и взрослым, и детям. А для меньшей калорийности рекомендую сахар убрать из рецепта, а сок уварить подольше. Муку можно заменить картофельным или кукурузным крахмалом.

Татьяна РЫКАЛОВА, врач-диетолог, г. Архангельск

«Солнечная айва»

- ♦ 1,5 кг айвы обыкновенной
- ♦ 750 г сахара
- ♦ 300 мл отвара айвы
- ♦ 1-1,5 л воды.

Айву мою, нарезаю тонкими дольками (кожицу не срезаю, а сердцевину удаляю), заливаю водой, чтобы чуть покрыла плоды. Довожу до кипения и варю на малом огне 15 мин. Дольки достаю.

Оставляю 300 мл отвара, всыпаю в него сахар и готовлю сироп. Добавляю айву, варю 30 мин. после закипания на малом огне. Пену снимаю. Готовое варенье раскладываю в банки, закрываю и храню в прохладном месте.

Марина ПЕРЕПЕЛИЦЫНА,
г. Киев

КЛАССИКА ДЛЯ СЕРДЦА!



Панангин®



Европейский препарат
с КАЛИЕМ и МАГНИЕМ!



Помогает улучшить
метаболизм миокарда



Способствует
нормализации
сердечного ритма

www.panangin.ru

ГЕДЕОН



РИХТЕР

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Листочки — в банки

Если добавляете в грибные заготовки свежие листья черной смородины, вишни или дуба, ошпарьте их сначала кипятком и уложите на дно банки по 2-5 листиков каждого (или одного) вида в зависимости от размера. Сушеные листья можно не ошпаривать. При засолке в кадках или ведрах слой листьев укладывайте и на дно посуды, и поверх грибов под кружок с гнетом.

Михаил ВИШНЕВСКИЙ, кандидат биологических наук, миколог



Икра «Универсальная»

Такую икорку намазываю на бутерброды, подаю как дополнение к картошечке или макаронам, добавляю в грибной суп и подливы, а еще это готовая начинка для пирогов, пирожков, вареников, чебуреков, голубцов. Заполняю икрой тарталетки на праздничный стол, готовлю на ее основе салаты. В основном таким способом заготавливаю подосиновики, но можно опята, рыжики.

♦ 0,7 кг свежих подосиновиков • крупная луковичка • средняя морковь • 1 стл. 9%-ного уксуса • соль • черный молотый перец • зубчик чеснока.

Грибы перебираю, чищу, мою. Варю в подсоленной воде 40 мин., откидываю на дуршлаг. Очищенную морковь натираю на крупной терке, лук мелко нарезаю. Грибы пропускаю через мясорубку один или два раза, жарю вместе с овощами на растительном масле 20 мин., добавив соль и перец, а в конце — измельченный чеснок и уксус. Перемешиваю и раскладываю икру в стерилизованные банки вместе с маслом. Прикрываю банки крышками и стерилизую: пол-литровые — 15 мин., литровые — 20. Закатываю и храню в холоде. Алевтина ОЛЕЙНИК, смт. Новый Калинов Львовской обл. Фото автора

А в лесу вкуснее!

Денек выдался пасмурный, ветреный, для пляжа неподходящий, поэтому наша компания отдыхающих решила поехать в лес за черникой и грибами. Оделись соответственно, намазались средством от комаров, собрали ведерки-корзинки... В лесу мужья сразу умчались за грибами, а мы с подружкой и детками тихонечко брели от кочки к кочке.

Ягод было полно. Но дочке Жене собирать их не понравилось, и она бродила вокруг меня, помахивая корзинкой, в ожидании угощения. Вдруг позвала:

— Мам, смотри! Что это такое желтое? Я подошла и увидела семейку лисичек.

— Это грибы. Называются лисички. Какая ты молодец, добытчица!

— А их едят?

— Да. Сейчас мы соберем их в твою корзиночку, а вечером пожарим с картошкой. Помогла дочке собрать грибы — получилась почти полная корзинка.

— Неси аккуратно, чтобы не растерять. А если выпадет, подбери и положи обратно.

Проголодалась

Я вернулась к сбору ягод. Женька притихла, видимо, наслаждаясь своей значимостью, и ягод больше не просила. Через некоторое время я нашла сыроежку и решила добавить ее в корзинку дочки.

— Жень, иди сюда! Я тебе гриб в корзиночку положу.

Она подошла и протянула мне пустую корзинку.

— Ты грибочки растеряла?

— Нет.

— А где они? Только не говори, что ты их посадила обратно, чтобы подросли!

— Не-а... Я их съела. Проголодалась и съела. Они вкусные были! А этот грибок (она показала на сыроежку) съедобный?

— Нет!!! Что ж ты не сказала, что хочешь кушать?



Ухватила ребенка за руку и побежала искать остальную нашу компанию. Думала, сразу ехать к доктору или обождать, пока не станет плохо. Решила немного понаблюдать. Каждые 30 секунд я смотрела на Женьку: ребенок резво скакал по кочкам, размахивая пустой корзинкой.

— Мама, я грибочек нашла.

— Только не ешь!!!

Все обошлось, и вечером мы ели уже свежесобранные грибы, жаренные с картошкой. Только Женька все твердила:

— Мам, а те, в лесу, вкуснее были...

Ирина БРАГИНСКАЯ,

д. Вирки Ленинградской обл.

Маринованные «толкачики»

У нас в Липецке «толкачиком» называют гриб поплавок шафранный. Собираем такие грибочки летом — в этом году после дождей уже в июне ходили за ними. Впрочем, таким способом можно закатывать любые пластинчатые грибы (сыроежки, опята, рыжики и др.).

Пассерую 0,5 кг нарезанного лука до золотистого цвета, добавляю 2-литровую банку вареных грибов, 1 ст. растительного масла, 100 г сахара, 2 ст.л. без верха соли, 6-8 лавровых листиков, 10 горошин черного перца и тушу 15 мин. Затем вливаю пол-литровую банку томатного соуса (у меня — «Краснодарский») или столько же разведенной водой томатной пасты, 100 мл 9%-ного уксуса, готовлю еще 15 мин. и закатываю в стерилизованные банки.

Светлана СУКАЧЕВА,
г. Липецк. Фото автора



Есть у меня любимый рецепт котлет с грибной икрой: когда открываю пол-литровую баночку заготовки, добавляю 2 сырых яйца и одно тертое вареное, немножко измельченного репчатого лука и 6 ст.л. манки. Все перемешиваю, даю постоять 10-15 мин., формую котлетки, обваливаю в сухарях и жарю с обеих сторон.





Добавим перца!

Разве можно представить парад заготовочек без сладкого перца? Сколько салатов он украсил и разнообразил своим присутствием! А уж про главный хит — ароматное лечо — и говорить не приходится: без этого овоща его не бывает. А наши авторы подскажут еще немало оригинальных рецептов, где перчик играет главную роль.

В чем польза

❖ Благодаря содержанию витаминов В6 и В9 сладкий перец снижает риск инфаркта и инсульта, так как эти витамины замедляют старение кровеносных сосудов и, как следствие, атеросклеротические бляшки образуются медленнее.

❖ Благодаря калию укрепляет сердечную мышцу и способствует нормальной работе нервной системы. Если вы склонны к депрессии, вечно в плохом настроении, попробуйте каждый день съедать хотя бы по стручку красного перца.

Кому нельзя

❖ Фитонциды и алкалоиды раздражают желудок и могут вызвать обострение гастрита или язвы, поэтому не советую есть сладкий перец при повышенной кислотности желудка.

❖ Не следует слишком увлекаться этим овощем гипотоникам, а также страдающим геморроем, заболеваниями печени и почек.

❖ Да и всем переедать сладкого перчика не советую: для получения нужной дозы полезных веществ в день достаточно съедать один средний плод.

Екатерина ЦВИЧ, диетолог-нутрициолог, г. Москва

На вкус и цвет...



КРАСНЫЙ (ЕДИНО)

❖ Максимум ликопина — мощных антиоксидантов, снижающих риск возникновения рака.

❖ Лидер по количеству витамина А: его больше, чем в моркови.

❖ Богат витамином С — в 100 г 200% суточной нормы, что помогает укреплять иммунитет.



ЖЕЛТЫЙ (НДАЛО)

❖ Минимум ликопина, но в нем есть каротиноиды.

❖ Чемпион по содержанию калия — очень полезного для сердца.

❖ Богат фосфором, который так необходим для нашей костной системы, работы почек и роста клеток.



ЗЕЛЕНый (АТЛАНТИК)

❖ В отличие от остальных сортов содержит фитостерин, которые участвуют в липидном обмене, снижают уровень «плохого» холестерина.

❖ Самый низкокалорийный сорт: всего лишь 20 ккал в 100 г.



Ароматно-вяленый

Сладкие перцы беру с толстыми стенками, мясистые. Разрезаю стручки пополам, чищу от семян и перегородок, промываю и складываю срезом вниз, чтобы стекла вода. Готовлю посолочную смесь: смешиваю свежемолотый **черный перец** с крупной каменной **солью** и **сахаром** в соотношении 2:3:5. Раскладываю перцы на противне, посыпаю каждый щепоткой посолочной смеси и сбрызгиваю оливковым маслом. Запекаю с режимом конвекции при 120-125 град. 3-4 часа, в процессе температуру снижаю до 110 град. Готовый перец мягкий, но не сухой.

К концу вяления подготавливаю пряную смесь: смешиваю промытые и обсушенные **травы (розмарин, тимьян, базилик)**, нарезанный **чеснок** по вкусу, вливаю **оливковое масло** и нагреваю в микроволновке 3-4 мин. до закипания, но не кипячу! Вяленые перцы раскладываю в чистые стерилизованные банки, чередуя слои с пряным маслом и на каждый наливая по 1 ст.л. белого бальзамического уксуса (если его нет, то темный бальзамический, или винный, или яблочный, но с ними перцы становятся темнее). Закрываю банки крышками. Храню в холодильнике.

Мой совет

Для длительного хранения при комнатной температуре банки с плотно закрытыми крышками можно поставить в духовку при 100 град. и стерилизовать их примерно 40-60 мин. либо в аэрогриле при 150 град. 15-20 мин.

Если остается пряное масло, заправляем им салаты, едим с хлебом.

Татьяна РОМАНОВА,
г. Дмитров. Фото автора

В масле

Сладкий перец мою, удаляю плодоножки и семена, запекаю в духовке. Снимаю кожицу, солю и обжариваю со всех сторон в большом количестве растительного масла.

Выкладываю в подготовленные литровые банки, сбрызгиваю маслом, в котором жарился перец. Стерилизую 90 мин. и закатываю.

Татьяна КОЛЕСНИЧЕНКО,
г. Волгоград

Разнообразием цветовой гаммы сладкий перец может сравниться с голландскими тюльпанами: он бывает не только известных всем цветов светофора, но и фиолетовым, черным, шоколадно-коричневым и даже цвета слоновой кости. Причем изначально все стручки зеленые, но постепенно созревают до нужного оттенка и одновременно прибавляют в сладости.



Сохранить без потерь

В свежем виде



Как сохранить перцы в лучшем виде и подольше, рассказывает Антон КУДИНОВ, эксперт по качеству плодово-овощной продукции, г. Санкт-Петербург.

У сладкого перца есть две степени зрелости: техническая (плоды выросли до максимального размера, но не созрели по цвету) и биологическая (плоды созревают до цвета, который характерен для определенного сорта). Перец технической степени зрелости хранится куда дольше — до нескольких месяцев.

❖ Выбирайте стручки с плотной кожицей, зеленой плодоножкой, без повреждений и гнили.

❖ Храните в проветриваемом помещении при 8-12 град. в небольших деревянных ящиках, дно которых застелите бумагой. Укладывайте перчики не очень плотно в один слой и засыпьте опилками или песком — так можно сде-



лать не более 2-3 слоев. Или упакуйте в пакет из толстого полиэтилена с вентиляцией. Оптимальная влажность — 85-95%.

❖ В холодильнике и при комнатной температуре овощ портится быстрее. Главный враг в холодильнике — конденсат. Поэтому если уж выбрали такой способ хранения, оберните стручки бумагой или пищевой пленкой и уложите в отсек для овощей.

❖ Можно хранить перчики, не срывая с куста: вырвите его с корнями и опрыскайте 1%-ным раствором медного купороса. Несколько недель плоды могут получать питание из стебля и листьев, поэтому будут хорошо храниться. Когда куст высохнет, снимайте урожай.

Заморозим

Выбирайте крупные перцы в биологической стадии зрелости. Для фарширования советую сохранить стручки целиком. Вымойте их, срежьте плодоножку с частью мякоти, удалите семена. Внутреннюю поверхность не промывайте — не стоит слишком долго вымачивать плод. Плотно вставьте стручки друг в друга пирамидкой. А в качестве тары для хранения

подойдет обрезанная пластиковая бутылка.



Перчики для рагу и заправки советую нарезать кусочками, положить в контейнер или пакет, из которого выпустить воздух. Хранить заморозку можно около полугода, затем консистенция овоща при готовке начнет меняться, а после размораживания он может стать слишком мягким.

Высушим

Перчик помойте, удалите семена, нарежьте кусочками. Можно сушить в электросушилке, духовке, микроволновке и даже на солнце. Во время сушки постоянно следите за овощем и помешивайте.



Полностью остудите ломтики и пересыпьте в стеклянную банку с плотной крышкой. Храните до полугода. Это и отличная добавка в блюда, и полностью самостоятельный продукт.

В томате

Перчики получаются — пальчики оближешь, неострые и хрустящие. Соусом люблю поливать гарниры, мясо и рыбу.

• 2 кг сладкого перца • 0,5 л томатной пасты • 150 г сахара • 200 мл растительного масла • 0,5 л воды • 100 мл 9%-ного уксуса • 1 ст.л. соли.

Соединяю томатную пасту, соль, сахар и воду, перемешиваю, довожу до кипения. Вливаю масло. У перцев удаляю плодоножки и семена, нарезаю крупными по-

лосками. Кладу в томатную смесь и варю 20 мин. после закипания на среднем огне. Периодически помешиваю. Добавляю уксус, перемешиваю и снимаю с огня. Горячую смесь раскладываю в стерилизованные банки, закрываю закручивающимися крышками и переворачиваю. Укутываю до остывания. Выход — 5 банок по 0,8 л.

«Сюрприз»

Очень вкусно, особенно с картошкой или хлебушком.

• 3 кг сладкого перца • 3 кг баклажанов
• 5 стручков острого перца • 5 крупных головок чеснока • по большому пучку зелени петрушки и кинзы.

Для маринада: • 1 л домашнего томатного сока • 0,5 л воды • 4 ст.л. качественной томатной пасты • 1,5 ст. сахара • 3 ст.л. соли • 1 ст. 9%-ного уксуса • 1 ст. растительного масла.

Сладкий перец, не нарушая целостности, чищу от семян, варю в кипящей подсоленной воде 4 мин., откидываю на дуршлаг. Баклажаны нарезаю тонкими пластинами, солю, даю постоять 30 мин., обжариваю с обеих сторон на растительном масле до золотистой корочки. Острый перец, очищенный чеснок и зелень измельчаю в блендере. На каждую пластину баклажана наношу острую начинку, сворачиваю рулетиком. Плотно начиняю ими стручки



сладкого перца и укладываю в стерилизованные пол-литровые банки. Смешиваю все ингредиенты для маринада, кроме уксуса, даю закипеть, в конце вливаю уксус. Заливаю горячий маринад в банки с перцами и стерилизую 30 мин. с момента закипания воды. Закатываю и переворачиваю.

Наталья АЛЕШИНА,
г. Москва. Фото автора

С томатной начинкой

Каждый стручок сладкого перца чищу от семян, бланширую в кипятке 5 мин. и сразу же опускаю в ледяную воду. Заполняю нарезанными кусочками помидорами и зубчиком чеснока, выкладываю в банку и заливаю маринадом, приготовленным по рецепту, который нравится и проверен временем. Храню заготовку в холоде.
Ирина ДУБОВСКАЯ, г. Днепр



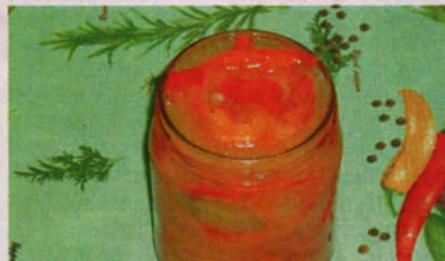
В медовой заливке

Зимой любим такой перчик с картофельным пюре и тушеной картошечкой.

На пол-литровую банку:

• 0,6 кг сладкого перца • 125 мл воды
• 125 мл 9%-ного уксуса • 125 мл растительного масла • 100 г меда • 4 зубчика чеснока • 1 ч.л. соли • 1 ч.л. сахара • 2 лавровых листа.

Перец чищу от семян, мою, нарезаю кольцами шириной примерно 1-1,5 см. Смешиваю воду, растительное масло, мед и уксус. Добавляю нарезанный пластинами чеснок, лавровый лист, сахар и соль. Кипячу маринад 3-4 мин. Частицами кладу в него перец и варю каждую партию на малом огне 5 мин. Плотно заполняю перцем стерилизованную банку до верха и зали-



ваю горячим маринадом. Закатываю стерилизованной крышкой, переворачиваю и укутываю до полного остывания.

Инна КОНДРАШОВА,
г. Запорожье. Фото автора

Печеный

Для запекания выбираю плотные и мясистые стручки, пряности добавляю по своему вкусу. Из указанного количества продуктов получается 1 л заготовки.

• 2 кг сладкого перца • 2-3 зубчика чеснока • 0,5 ст. растительного масла • 2 ч.л. 5-6%-ного уксуса • 1 ч.л. смеси пряностей «Итальянские травы» • 1 ч.л. соли • 0,5 ч.л. смеси молотых перцев • 4-6 горошин душистого перца • зерна кориандра.

Сладкий перец мою и вытираю насухо. Выкладываю на смазанный растительным маслом противень и запекаю 15-20 мин. при 200 град. Чеснок пропускаю через чесночницу, смешиваю с солью, травами, маслом и уксусом. Готовый перец накрываю вторым противнем, оставляю на несколько минут и очищаю от кожицы и семян, сок не сливаю. В стерилизованные банки насыпаю оставшиеся пряности, выкладываю перец, заливая каждый слой ароматным маслом и соком. Накрываю крышками и стерилизую 10 мин. Закатываю и остужаю.

Наталья ИМШЕНЕЦКАЯ,
г. Евпатория. Фото автора

«Чудо»

Перца беру, сколько войдет в банку, а овощей для начинки — сколько поместится в перцы (но капуста побольше).

• Сладкий перец • капуста • морковь
• огурцы • чеснок • соль.

Для маринада на 0,5 л воды (хватает на литровую банку):

• 4 ч.л. сахара • 2 ч.л. соли • 1 ч.л. уксусной эссенции • 2-3 бутона гвоздики
• 2-3 лавровых листа • 2-3 горошины душистого перца • зонтик укропа.

Перец мою, удаляю семена, заливаю кипятком на 5-10 мин. Капусту мелко шинкую, морковь натираю на крупной терке, огурцы нарезаю полукружочками. Чеснок пропускаю через чесночницу или мелко нарезаю. Нарезанные овощи соединяю, добавляю щепотку соли и перемешиваю. Фарширую начинкой перцы, сверху вкладываю кусочек листа капусты как крышечку. Заполняю стручками литровую банку,

посыпаю кольцами лука, добавляю пряности и укроп. Заливаю кипятком и оставляю на 10-15 мин. Повторяю заливку еще раз. На третий раз сливаю воду в кастрюлю, всыпаю соль и сахар, кипячу. После закипания вливаю эссенцию и заливаю перец. Закатываю и переворачиваю до остывания.

Наталья ЗАБЕЛИНА,
г. Санкт-Петербург.
Фото автора



Вероника КРАМАРЬ, с. Первомайское
Ленинградской обл. Фото автора



**Ах,
лечо!**

Простейшее

Лечо универсально: зимой готовлю с ним сногшибательно вкусную яичницу, добавляю в борщ, гуляш, венгерскую уху. В наших краях к этой заготовке отношение особенное, трепетное. А уж рецептов — пруд пруди. Я же хочу поделиться самым простым.

♦ 1 кг сладкого перца ♦ 1 кг помидоров
♦ стручок острого перца ♦ соль ♦ сахар.

Перец мою, чищу, крупно нарезаю, заливаю кипятком и варю на малом огне 4-5 мин. после закипания. Отдельно столько же варю нарезанные помидоры. Смешиваю овощи (без жидкости!), готовлю вместе на малом огне 10 мин., добавляю острый перец, соль и сахар по вкусу. Разливаю в стерилизованные банки, закатываю стерилизованными крышками, переворачиваю, укутываю.

МОИ СОВЕТЫ

❖ При желании состав лечо можно обогатить тушеной морковью (готовить отдельно на растительном масле вместе с луком) и даже тушеными кабачками и баклажанами.

❖ Пряности не кладу, а любители могут добавить немного чеснока, чабреца, базилика, лавровый лист, но без фанатизма. Вкус и аромат овощей должен преобладать.

Ирина РЫБЧАНСКАЯ, г. Берегово

«Сытное-аппетитное»

♦ 3 кг сладкого перца ♦ 3 л томатного сока ♦ 1 кг лука ♦ 1 кг моркови ♦ 1 ст. сахара ♦ 1 ст. растительного масла

♦ 1,5 ст.л. соли ♦ 100 мл 9%-ного уксуса. Овощи чищу, нарезаю кусочками, заливаю соком, добавляю соль, сахар и растительное масло. Довожу до кипения и варю около 20 мин. Перец должен стать мягким, но важно не разварить его. Вливаю уксус, перемешиваю и раскладываю лечо в стерилизованные банки. Закатываю, переворачиваю до остывания. Храню при комнатной температуре.



Олеся БЕРЛЕЗОВА,
г. Никополь. Фото автора



Перчиков вам, да с Привоза

С лета на рынках Одессы царит фруктово-ягодно-овощное буйство. Это конечно, понятно: город южный, земля изобильная. А я люблю ходить на ночной Привоз.

Где-то с шести часов вечера к рынку начинают съезжаться оптовые торговцы на бусиках. Они заезжают внутрь Привоза, становятся стройными рядами, открывают задние двери, выгружают товар. Шумно. Грузчики с огромными тачками, с криками: «Нооогиии! Ноги, ёперный театр!», покупатели, продавцы, продолжающие прибывать и парковаться в этом столпотворении, — все мы создаем, на первый взгляд, хаос. Но это только на первый взгляд. Внимательный человек уже с первого посещения улавливает систему.

Продавцов можно условно разделить на три группы. Первая, самая колоритная, — торговцы зеленью и совсем наглые горластые перекупщики. Они ловят неопытных или просто проходящих мимо покупателей, и цены у них, соответственно, самые высокие. Тут же обитают торговцы мидиями, «бичками и рАчками». Располагаются они на улице вдоль рынка, перед входом и непосредственно на входе. У них я беру

только зелень — пучки большие, ароматные...

Вторая линия — это тоже перекупщики, только знающие меру, и «дачники-фазендейро», реализующие излишки с собственного огорода. Последние, как правило, старички-старушки, но иногда и дети-внуки им помогают. У них самая вкусная черешня, вишня, чесночок и острый перец. Продаю в розницу и не сильно дороже, чем на опте.

Оптовики располагаются третьим блоком. У них закупается весь одесский перекуп, мелкие лавочки и обычные смертные — такие, как я, хозяйки берут овощи на закрутки. Как ни странно, вторая линия привозовских перекупщиков берет товар здесь же и продает неподалеку — совсем чуть-чуть, но все же дороже. Вот такая система. Оптовики продают мешками и ящиками картошку, синенькие и кабачки, персики, яблоки, абрикосы и, конечно же помидорки с перчиками... Их и беру в сезон, закупаю много. Вот и свой простенький рецепт предлагаю.

Внимание: рецепт!

На 10 пол-литровых банок: ♦ 5 кг сладкого салатного перца (беру красный, желтый и зеленый в соотношении 3:1:1) ♦ 30 некрупных зубчиков чеснока ♦ 10 веточек тимьяна — по желанию.

Для маринада: ♦ 1 л воды ♦ 250 мл растительного масла ♦ 2 ст. меда ♦ 375 мл 6%-ного уксуса (у меня — яблочный или винный) ♦ 1,5 ст.л. соли ♦ 10 небольших лавровых листов ♦ 2 ч.л. черного перца горошком.

Перец мою, чищу, разрезаю вдоль на 8 частей, каждую — пополам. На дно

банок кладу по 3 зубчика чеснока. Все ингредиенты для маринада смешиваю, довожу до кипения. Часть перца опускаю в кипящий маринад, варю после закипания 5-7 мин. Достаю шумовкой и раскладываю в банки. Так же готовлю оставшийся перец. По желанию в каждую банку кладу по веточке тимьяна. Заливаю кипящим маринадом, прикрываю стерилизованными крышками, стерилизую 5 мин. Закатываю, переворачиваю.

Ирина ЗАВЕЗИОН-ПОГРЕБНАЯ,
г. Одесса. Фото автора

До конца года готовим для вас спецрубрику-вкладку, посвященную главному продукту месяца. При желании вы можете достать странички и собрать «журнал в журнале», в котором вам будет просто и удобно ориентироваться. А еще ждем ваши лучшие рецепты, чтобы они тоже могли стать частью нашей золотой коллекции. В следующем номере вас ждет досье на грибы.



В смесь пряностей для бастурмы люблю добавлять ягоды можжевельника, сушеную гвоздику и немножко лаврушки. И обязательно измельчаю все непосредственно перед приготовлением.

Бастурма

Мои эксперименты в поисках рецепта сыровяленого мяса не прекращаются: постоянно что-то меняю, улучшаю по своему вкусу.

- ♦ 1 кг говядины (мякоть, вырезка, биточная часть) ♦ 150 г соли ♦ 125 г сахара ♦ 3 ч.л. молотой сладкой паприки ♦ 1 ч.л. чабера (тимьян)
- ♦ 0,5 ч.л. молотого душистого перца ♦ щепотка тертого мускатного ореха
- ♦ 1 ч.л. молотого кориандра.



Мясо мою, обсушиваю бумажным полотенцем, со всех сторон обваливаю в смеси сахара и соли, кладу в холодильник на 3 дня, время от времени переворачивая и выливая из посуды выделяющуюся жидкость. Затем кусок снова промакиваю бумажным полотенцем, заворачиваю в марлю и кладу под гнет на сутки при +2-6 град. (на верхнюю полку холодильника). Перемешиваю все пряности с 2 ст.л. воды до состояния кашицы. Туго обвязываю мясо бечевкой или кулинарной нитью, хорошо натираю смесью пряностей и оставляю на 3-4 дня в холодильнике на верхней полке. Обматываю кусок новой марлей и вешаю в проветриваемом месте при комнатной температуре на 2 недели.

Ирина РУДНЕВСКАЯ, г. Киев. Фото автора

Рыбные угощения

На конкурс



«Орельский гостинец»

Люблю ездить в село к родителям жены. Живут они возле чистой реки Орель и, как в любом частном секторе, работы там непочатый край: огород прополоть, животных покормить, дров на зиму заготовить... Но вся работа в удовольствие. А еще больше люблю ходить с тестем на рыбалку. Домой без улова редко возвращаемся, всегда стараемся привезти любимым женщинам вкусной рыбки, в последнее время особенно везет нам на толстолобика. Из него перепробовали уже много блюд, но маринованный — просто пальчики оближешь: прекрасно подходит к рису и картошке, а уж с пивком — вообще песня!

- ♦ 4 кг крупного толстолобика ♦ 2 ст.л. готовой смеси пряностей для рыбы (черный и душистый перец, лавровый лист, кориандр и т.д.) ♦ 1,5 л воды
- ♦ 1,5 ст. 9%-ного уксуса ♦ соль.

Рыбу чищу, потрошу, мою и нарезаю кусочками (филе от кости не отделяю — так получается сочнее). Пересыпаю солью и 1 ст.л. пряностей, ставлю на ночь в холодильник. Воду солю по вкусу, кипячу, полностью остужаю и добавляю еще 1 ст.л. пряностей, уксус. Кусочки толстолобика промываю холодной водой и заливаю рассолом. Даю настояться в холодильнике минимум 12 часов. Храню там же.

Сергей ДЖУНЬ, пгт. Магдалиновка
Днепропетровской обл.
На фото — жена Елена и дочка Аня

Колбаски с рисом

- ♦ 0,5 кг куриной печени ♦ 0,5 кг свиного фарша ♦ 150 г риса ♦ 3 луковицы ♦ 0,5 ст. 15%-ных сливок ♦ 2,5 ст.л. молока ♦ 1 ч.л. молотой сладкой паприки ♦ 0,5 ч.л. молотого черного перца ♦ 0,5 ч.л. молотого мускатного ореха ♦ 0,5 ч.л. сушеного орегано ♦ соль — по вкусу ♦ свиная черева.

Лук нарезаю и пассерую на растительном масле до прозрачности, не жариваю. В конце всыпаю паприку. В чашу блендера вливаю сливки, кладу печенку, измельчаю. Частицами ввожу фарш, перемешиваю до однородности. Всыпаю лук, пряности и соль. Снова измельчаю блендером, добавляю молоко, сваренный до полуготовности рис, перемешиваю. Наполняю фаршем подготовленную череву, формирую небольшие колбаски. Накалываю иглой по всей поверхности. Замораживаю впрок или запекаю.



Мои советы

Рис можно заменить на гречку, пшено. Для запекания форму смазываю растительным маслом, выкладываю колбаски и готовлю при 200 град. 20 мин. (на дно духовки ставлю посуду с водой). Затем понижаю температуру до 180 град. и готовлю еще 40 мин. Остужаю в форме.

Елена КОВАЧ,
г. Никополь. Фото автора

Щековина «Ароматная»

Мясо получается красивого цвета, с ароматом... соломой! А еще этот рецепт мне нравится тем, что мариновать и варить все нужно прямо в пакете, не пачкая посуду.

- ♦ 1-1,5 кг щековины ♦ пряности (черный молотый перец, куркума, сушеный имбирь, немного красного перца или копченой паприки, розмарин) ♦ соль.

Щековину хорошо мою, обсушиваю бумажным полотенцем, кладу в полиэти-

леновый пакет, добавляю смесь пряностей и соль, завязываю и хорошо перетираю. Сутки выдерживаю в холодильнике. Кипячу воду, кладу в нее пакет с мясом, варю 40-45 мин. и остужаю.

Элла ИВАНОВА,
г. Кривой Рог. Фото автора



**Советы
специалиста****Компот без сюрпризов**

Что делать, если при хранении компотов возникли проблемы, рассказывает инженер-технолог пищевой промышленности Любовь ИВАНОВА из г. Витебска.

Верхний слой потемнел

Такие банки советую вскрыть, «забуревшие» плоды выбросить, а из компота либо что-то приготовить (например, кисель), либо заново простерилизовать 10-15 мин. и закатать. И в будущем используйте такие консервы в первую очередь.

«Свистать всех наверх!»

Бывает, ягоды или фрукты в компоте всплыли вверх, а весь сироп остался внизу. В этом нет ничего страшного. Можете заготовки не трогать — на качество их хранения это не скажется. Но если что-то тревожит, дополнительно простерилизуйте банки с таким напитком — и сироп распределится равномерно.

На выброс!

В отдельных случаях компоту уже ничем не поможешь. Вот некоторые примеры:

- ❖ вздулась или сорвалась крышка;
- ❖ содержимое заплесневело;
- ❖ после вскрытия банки чувствуется гнилостный запах.

Такой компот нужно немедленно вылить, потому что пить его опасно для здоровья.

**Яблоки+
черноплодка**

Трехлитровую стерилизованную банку на 1/3 заполняю нарезанными яблоками, кладу крупную кисть черноплодной рябины. Всыпаю 3 ст. сахара, заливаю кипятком до верха и закатываю. Трясу банку, чтобы сахар растворился, переворачиваю, укутываю. Компот получается концентрированный, развожу потом водой.
Марина КАЧАЛОВА,
г. Москва

Компот «Мамин гостинец»

Вкус этого напитка знаком мне с детства — так заготавливала виноград моя мама. А теперь и я для своих детишек готовлю его уже не первый год.

На трехлитровую банку: • 300-500 г ягод винограда
• 1-1,5 ст. сахара • 0,5 ч.л. лимонной кислоты.

Гроздья винограда мою, обрываю ягоды, кладу в дуршлаг, чтобы стекла вода. Насыпаю их в стерилизованную банку, добавляю сахар и лимонную кислоту. Заливаю кипятком так, чтобы он немного вытек через край и сразу же закатываю. Обернув руки полотенцем, беру банку и слегка покачиваю ее, чтобы сахар растворился. Переворачиваю и укутываю до остывания.

Марина ГАРМАШ,
с. Преображенка Запорожской обл. Фото автора

**«Персиковое счастье»**

На трехлитровую банку: • 650 г персиков без косточек • 280 г сахара • 0,5 ч.л. лимонной кислоты.



Персики мою, разрезаю пополам и вынимаю косточки. Кладу в банку, заливаю кипящей водой до самого верха. Накрываю прокипяченной крышкой и оставляю на 20 мин. Воду сливаю в кастрюлю, в банку кладу лимонную кислоту и опять прикрываю крышкой. В кастрюлю с водой добавляю сахар, кипячу до его растворения. Заливаю персики и закатываю. Переворачиваю и укутываю до остывания.

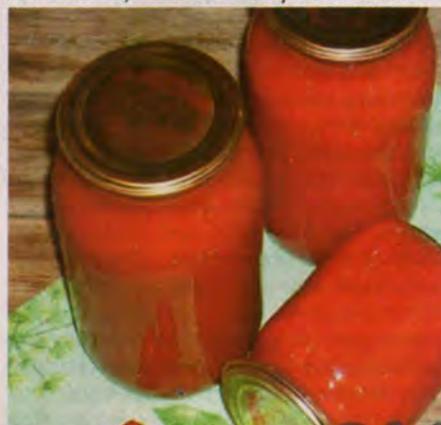
Ангелика МОСТОВАЯ,
г. Кременчуг. Фото автора

«Супертوماتо»

Моя семья очень любит томатный сок, раньше покупали его в магазине. Но потом подумала: зачем тратить деньги на то, что можно приготовить самой?

На 1 л сока понадобится 1,2-1,5 кг спелых красных помидоров. Томаты мою, крупные нарезаю. Пропускаю через мясорубку, а затем протираю через металлическое сито, чтобы удалить кожицу и семена. Сок довожу до кипения, добавляю соль по вкусу и сахар по желанию. Варю на малом огне 10 мин. Разливаю в стерилизованные банки и закатываю прокипяченными крышками. Переворачиваю и укутываю до остывания. Хорошо хранится при комнатной температуре.

Инна КОНДРАШОВА,
г. Запорожье. Фото автора

**Виноградный сок**

Напиток получается густым, с ярким ароматом, без лишних добавок и сахара. Готовлю из винограда сорта «Молдова». Из 3 кг ягод у меня получается в среднем 1,5 л натурального домашнего сока.

Виноград перебираю, мою, обрываю ягоды с гроздьев. Отжимаю сок любым удобным способом (в соковыжималке, мясорубке, блендере, вручную). Процеживаю через сито и несколько слоев марли. Переливаю в эмалированную кастрюлю и довожу до кипения на среднем огне. Снимаю пену и варю 2 мин. Горячим разливаю в стерилизованные банки, стерилизую в духовке при 70 град. 20 мин. Закатываю, переворачиваю и укутываю до остывания.

Наталья ИМШЕНЕЦКАЯ, г. Евпатория



Мятная настойка

- ♦ 0,5 л водки ♦ 1 ст. сахара ♦ лимон
- ♦ большой пучок мяты ♦ 0,5 ст. воды.

С лимона снимаю цедру и выжимаю сок. Мята рву руками и слегка мну. Все смешиваю, заливаю водкой и оставляю на 2 недели в темном месте. Из воды и сахара варю сироп, остужаю. Добавляю к мятной смеси. Настаиваю еще неделю, затем процеживаю. Выход — 0,7 л.

Наталья ГАНИНА, г. Тверь. Фото автора



Вопрос-ответ

Все дело в «шапке»

Если вино с мезгой стоит под водяным затвором, надо ли перемешивать «шапку»?

Людмила ДИВАКОВА, г. Тверь

Обычно в первые дни брожения оставляю бродить сусло вместе с мезгой в открытой посуде — в этом случае дрожжи быстрее размножаются. Но если вы поставили сусло с мезгой под гидрозатвор, то время от времени стоит перемешивать «шапку», встряхивая бутылку или банку, чтобы сусло больше контактировало с кожей винограда.

А осадочек остался...

Настаивала вино 3 месяца, а не так давно заметила странного вида осадок. Муж предположил, что это винный камень. Нужно ли снимать вино с камня или можно так и оставить?

Анастасия ГОШИНА, г. Полтава

Для начала следует понять, точно ли это кристаллы винного камня или все же мутный осадок. Если собираетесь хранить напиток долго, обязательно снимите с осадка и по возможности осветлите. Присутствие же небольшого количества винного камня неопасно, но тем не менее, ничто не мешает вам процедить напиток, чтобы избавиться и от него.

Ваша светлость

Решил попробовать приготовить красное виноградное вино. Первая партия получилась, а вот вторая вышла мутной. Прозрачный только верхний слой в 1 см. Что пошло не так и можно ли исправить ситуацию?

Андрей БОГАТИН, г. Киев

Если вкус, запах и крепость вина устраивают, то дайте напитку еще отстояться, а затем снимите с осадка и оцените его прозрачность. Результат не порадовал? Тогда осветлите вино с помощью бентонита (белой глины), желатина или яичного белка. Также красное вино может мутнеть под прямыми солнечными лучами, поэтому сбрызгивайте и отстаивайте его только в темном месте.

Антон ЛЕОНИДОВ,
опытный винодел,
г. Королев

От СВАТОВ

Дорогие наши, подробнее о разных технологиях осветления вина мы с вами поговорим в следующем номере. Не пропустите!

В чем разница?

Как отличить домашнюю настойку от наливки, а наливку — от ликера? По степени сладости!



Вино «Изабелла»

Виноград данного сорта не мою. Срываю ягоды с гроздьев (важно, чтобы не попали недозревшие) и кладу в эмалированную кастрюлю. Мну их руками, добавляю сахар из расчета 50 г на 1 л сусла. Накрываю крышкой и оставляю в теплом месте на 5 дней (каждое утро перемешиваю). Затем сливаю сок через трубочку (можно от капельницы) в банку. Всыпаю сахар — около 250 г на 1 л сока. Чем больше сахара, тем крепче вино. Банку наполняю не до самого верха, оставив место для брожения. Ставлю водяной затвор и оставляю на 21 день при температуре около 20 град. Через трубочку сливаю вино в бутылки и укупориваю. Горлышки опускаю в расплавленный воск или парафин. Оставляю созревать на 40 дней в темном прохладном месте.

Мой совет

При необходимости осветляю вино так: нагреваю до 40 град. и резко охлаждаю (например, ставлю на поднос со льдом или в ледяную воду).

Ирина НАГОРНАЯ, г. Таганрог

«Слиовица»

Один из самых простых рецептов наливки! Выбираю только спелые сливы без повреждений, чтобы брожение было качественным.

Немытые фрукты всыпаю в трехлитровую банку почти до верха, заливаю смесью из 250 мл охлажденной кипяченой воды и 1 л водки (1:4). Оставляю под крышкой на месяц в темном месте.

Марина КАЧАЛОВА,
г. Москва



Вопрос-ответ

Чудо-настойка из лисичек

Как-то задумалась, а почему лисички практически не бывают червивыми? Знакомый грибник объяснил, что в них содержится какое-то особое вещество, которое не переносит всякая паразитирующая живность. И опытные травники, зная о таком свойстве лисичек, готовят некую чудодейственную настойку, которая помогает чуть ли не от ста бед. Хотелось бы узнать подробности и рецепт такого снадобья.

Анастасия ПОТЕМКИНА, г. Киев

Действительно, лисички содержат хиноманнозу, которую не переносят жучки, червячки и даже гельминты всех видов. Это абсолютно натуральное вещество, не вызывающее побочных действий, но уничтожающее не только паразитов, но и их яйца.

Кроме того, грибами можно вылечить рахит, дисбактериоз, анемию, ожирение, проблемы печени, гепатит, описторхоз. И это лишь небольшой список заболеваний, с которыми они способны справляться. Помогают лисички и при онкологии. Примечательно, что этот натуральный компонент не вызывает аллергии.

Внимание: рецепт

Смешайте 1 ст.л. сухого **грибного порошка** (берем только лисички!) и 1 ст. **водки**, настаивайте в темном прохладном месте 2 недели, периодически перемешивая. Для лечения поджелудочной железы пейте по 1 ч.л. ежедневно по вечерам. Курс приема — 3 месяца. При гепатите — утром по 1 ч.л. Курс лечения — 4 месяца. Для чистки печени — по 2 ч.л. в течение двух недель.

Евгений ДЕМИН, травник, г. Белая Калитва

Только спокойствие!

Все знают аптечные препараты, в состав которых входит корень валерианы, но многие ли сами его заготавливают? Рекомендую попробовать, потому что лекарственные растения, собранные самостоятельно и со знанием дела, принесут куда больше пользы!

❖ Корень валерианы в малых дозах стимулирует работу нервной системы, а в больших — угнетает, воздействуя непосредственно на ЦНС.

❖ Валериана поможет при неврозах, бессоннице, неврастении, истерии, мигрени, шизофрении и эпилепсии, при невралгиях и судорогах, при любых состояниях нервного перенапряжения.

❖ Растение оказывает противоболевой, противосудорожный эффект, нейтрализует яды в организме, продлевает действие снотворных.

❖ Регулирует сердечную деятельность, улучшает коронарное кровообращение, способствует улучшению тонуса гладкой мускулатуры, что помогает при дистонии вен, маточных и сердечных спазмах, спазмах ЖКТ, печени и желчных путей.

Заготавливаем

Собирайте корни советую на убывающую Луну, лучше всего в первые три дня после полнолуния, вечером после захода солнца. В этом случае все лекарственные свойства проявятся максимально. Сразу после сбора корни промойте, обрежьте самые тонкие «нити» — излишки корневища, нарежьте кусочками и разложите для сушки в сухом и затемненном месте. Высушенное сырье хранится 3 года.

Рецепты

❖ При бессоннице и кошмарных снах кладите возле подушки пучок корней валерианы.



❖ При любых нервных расстройствах пейте отвар: 2 ч.л. измельченных **корней** залейте 250 мл кипяченой и слегка остуженной воды, настаивайте 10-15 мин. Пить можно в любое время.

❖ Чтобы получить ароматный успокаивающий травяной чай, смешайте в равных частях корень валерианы, душицу, вереск, липу и мяту.

❖ Также советую готовить успокаивающую настойку: смешайте по 2 ст.л. сухих измельченных **корней валерианы, листьев пустырника, плодов боярышника и корня пиона**, залейте 0,5 л **водки** или **70%-ного спирта**, настаивайте 3 недели в темном месте, встряхивая каждый день. Затем процедите и пейте по 1-2 ч.л. настоя 2-4 раза в день в любое время.

Юлия ДУБОВИК, пчеловод, травник, г. Березино. Фото автора

Варить — и пить

Вареные и моченые груши помогают при сильном кашле и удушье. А отвар (фрукты кипятить 15-20 мин. на малом огне) с добавлением небольшого количества сахара — хорошее мочегонное или закрепляющее средство при поносах. Пейте как чай в течение дня до получения желаемого эффекта.

Иван ВОДЕЙКО, травник, г. Лида



«Доктор» каштан

Настойка помогает при тромбозах, геморрое, варикозе и простатите.

Скорлупу **плодов каштана** чищу, сердцевину выбрасываю. Кладу в банку 50 г измельченной скорлупы, заливаю 0,5 л **водки**, настаиваю месяц, периодически взбалтывая. Принимаю по 20-30 капель 3 раза в день за час до еды в течение месяца. Этим же настоем можно смазывать вены при варикозе и проблемные места при радикулите, подагре, ревматических и артрических болях.

Анатолий ОСТРОЖИНСКИЙ, г. Новолукомль

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

За счет содержания большого количества рутина, флавоноидов и дубильных веществ плоды каштана укрепляют сосудистую стенку и обладают кровоостанавливающими свойствами. Но насколько сохраняется активность данных веществ в спиртовой настойке, сказать сложно. Как гастроэнтеролог не рекомендую данное средство людям, страдающим болезнями пищеварения и печени, в этом случае безопаснее настойку заменить отваром из листьев и плодов каштана. А вот местное применение в виде втираний и аппликаций на больные суставы (оказывают противовоспалительное, противовоспалительное действия) вполне оправданно.

Вероника ЧЕРАНЕВА, врач-гастроэнтеролог, диетолог, г. Екатеринбург



РЖД-ЗДОРОВЬЕ

СЕТЬ САНАТОРИЕВ

**Подзарядите
иммунитет**

Реклама



г. Шадринск

Здесь лечат заболевания желудочно-кишечного тракта, костно-мышечной системы и соединительной ткани, периферической нервной и эндокринной систем.



г. Кисловодск

Благодаря своим минеральным источникам, а также лечебному микроклимату, он известен как один из лучших бальнеологических курортов.



г. Сочи

Насыщенный отдых здесь отлично сочетается с приятными процедурами, диагностикой, профилактикой и оздоровлением.

Бесплатный телефон по России

8 800 555 27 77

rzdz.ru

Лук из семян

В прошлом году от подруги — увлеченной огородницы — впервые услышала о луке Эксибишен. Поискала статьи о нем и решила попробовать вырастить.

И вот у меня заветный пакетик с обещающей надписью: «Луковица — до 800 г». В начале марта посеяла семена в контейнер, всходы появились в течение недели. Весна была холодной, затяжной, за заботой о многочисленной рассаде не слишком много внимания уделяла луку, но он выжил и дождался своего места под солнцем. Сажала на низкую грядку, то есть просто вскопала землю, заправила комплексным удобрением для лука и чеснока, высадила рассаду, прищипнув длинные корни до половины. Поливала 2 недели ежедневно. А когда пошли дожди, тонкие «травинки» превратились в густой чисток из сочных зеленых перьев. Да и луковицы стали быстро наливаться, до половины возвышаясь над землей. В

начале июля вновь подкормила удобрением для лука и чеснока, внося его между рядами. Убирала лук в начале сентября, у других сортов зеленые перья высохли, а у этого — нет. Но погода не давала выбора, снова начались дожди и затягивать с уборкой было нельзя. Несмотря на толстую и зеленую ножку, луковицы высохли хорошо. Сорт оказался салатный, очень сладкий, сочный, готовить с ним — одно удовольствие. Правда, до 800 г луковицы не дотянули, но 628 г — моя рекордсменка.

Срок хранения у этого лука небольшой, в прошлом году последнюю съели в январе. Но в любом случае сажать Эксибишен буду каждый год!

Марина КОНСТАНТИНОВА,
г. Смоленск. Фото автора



Арбузы — как на подбор!

Поделюсь своим опытом выращивания арбузов.

Для домашнего выращивания хорошо себя зарекомендовал гибрид Атаман. Сажаю арбузы рассадой в середине апреля, причем только первые дни держу дома, а потом — сразу выставляю рассаду в теплицу. Когда высаживаю на грядки, укрываю 1-2 недели. Навоз раскладываю только по краю лунок, а по центру — сено, компостные прошлогодние остатки и землю с перегноем. По краям укрываю их старой темной пленкой, которая, нагреваясь на солнце, греет и землю. Пленку не убираю, пока растение не начнет закрывать грядку.

Все арбузы очень сладкие и, главное, — свои, без химии!

Игорь КАРПОВ,
г. Пермь. На фото — автор

Вопрос — ответ

Картошка не подведет

Чтобы в следующем году получить хороший урожай картофеля, как обработать землю на зиму, избавиться от проволочников и колорадских жуков?

Наталья ЗАЙЦЕВА, г. Чашники

Естественно, обработка почвы под зябь (то есть с осени) хороша для всех растений. Но стоит помнить, что вносить органические и минеральные удобрения нужно с обязательной вспашкой. От проволочника можно посеять на зиму масличные культуры — редьку либо рапс. А весной использовать их в качестве сидерата. Самый эффективный метод борьбы с вредителями — обработка семенного картофеля перед посадкой протравителем, зарегистрированным в государственном реестре.

Вадим ЕРМОЛЕНКО,
главный агроном, г. Калинковичи

«Ваш личный защитник: обереги на здоровье, удачу, богатство».

Наши предки относились к оберегам очень серьезно и вкладывали в их изготовление всю свою силу и веру. Прочитав выпуск «Домашней энциклопедии здоровья» №3, вы узнаете, как своими руками сделать охранные обереги, а значит, сможете обезопасить себя и свою семью от негатива, усилить энергию, сохранить здоровье, не упустить удачу и не сбиться с привычного ритма жизни.

Уже в продаже!



«Вяжем пледы, скатерти, салфетки»

Испокон веков в домах наших предков вся мебель была украшена кружевными салфетками, ажурными подзорами и вязаными скатертями. Сегодня такие вещи вновь становятся популярными и все чаще дизайнеры используют их для оформления интерьера в стиле прованс, шебби-шик, винтаж. В новом спецвыпуске «Делаем сами» мы собрали самые красивые и интересные модели. А с помощью представленных фотографий, описаний и схем вязания вы сможете без труда украсить свой дом.

Уже в продаже!



Ложки для овощей

Под кабачки и тыквы подложите дощечки — так они не загниют в осенние дожди от соприкосновения с землей. Удалите поврежденные листья, чтобы те не забирали у овощей питательные вещества.

Анна СЫТНИК,
г. Минск

Йодом по фитофторе

При резком похолодании, дождливой погоде помидоры рискуют заразиться фитофторой. Расскажу, что я делаю, чтобы избежать этой болезни.

В теплице размером 3x8 м развешиваю 5 пузырьков с йодом. Крышки открываю, чтобы из бутылочек постоянно шло испарение. Если дожди идут более двух дней, начинаю опрыскивать кусты таким раствором: 1 ст.л. медного купороса, 1 ст.л. стирального порошка, 10 л воды. Дам еще небольшой совет для хорошего урожая. У помидоров всегда удаляю нижние пасынки, чтобы растения меньше соприкасались с землей. Когда начинают созревать плоды, пасынки удаляю по минимуму. Считаю, что такой способ помогает увеличить количество томатов.

Юлия МИНЯЕВА, хозяйка видеоблога «Во саду ли в огороде». На фото — автор



КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Медным купоросом можно и нужно обрабатывать томаты. Стиральный порошок в этом способе, видимо, выступает в качестве «прилипателя», но особой пользы от него нет. Советую заменить его жидким либо тертым хозяйственным мылом.

Про йод не скажу ничего плохого, он, несомненно, убивает микробы. Но как специалист я за обработку томатов от фитофторы фунгицидами либо медным купоросом.

Вадим ЕРМОЛЕНКО, главный агроном, г. Калининград

Который год лакомимся арбузами со своего огорода. Есть у меня особый секрет выращивания чудо-ягоды. Когда после посадки в открытый грунт вырастают длинные плети, присыпаю их почвой. В этом случае образуются новые корни, что улучшает питание и защищает растения от сильных порывов ветра.



Смешиваем по правилам

Бордоская смесь — очень эффективное средство борьбы со многими болезнями растений еще со старых времен. В последнее время, покупая этот препарат, была немало удивлена способом его приготовления, написанным в инструкции. На мой взгляд, упрощенным и совершенно не верным, хотя залогом успеха этой смеси является именно правильность его приготовления. Поделюсь своим опытом.

Размешиваю 100 г медного купороса в 1 л теплой воды (не выше 50 град.), затем добавляю холодную воду до объема 9 л. В отдельной посуде развожу 1 л воды 120 г негашеной извести и дожидаюсь, чтобы остыла. Важно, чтобы известь погасилась. Затем тонкой струйкой, помешивая, добавляю гашеную известь в раствор медного купороса — получается раствор 1%-ной бордоской смеси, которую можно применять в любой период вегетации. **Важно!** Ранней весной бордоскую смесь готовлю в других пропорциях: 300 г медного купороса растворяю в 1 л теплой воды, добавляю холодной до 9 л. Отдельно гашу 400 г негашеной извести в 1 л холодной воды и тонкой струйкой вливаю в раствор медного купороса.

Мои советы

- ❖ Та известь, которая продается в пакетах под названием «Бордоская смесь», совершенно не годится для этой самой смеси: при приготовлении она собирается комками и выводит из строя любой опрыскиватель. Но она подходит для побелки кистью погребов и подвалов.
- ❖ Советую купить побелку ФАС, в составе которой есть та же негашеная известь и фунгициды, и отдельно купить медный купорос. Из данных компонентов получается прекрасно работающая бордоская смесь.
- ❖ Известь нужно гасить в стеклянной банке и размешивать деревянной палочкой, чтобы ничего не расплавилось.

Татьяна ПИЛИПЕНКО, г. Волжский

Севооборот в теплице

Судя по опыту знакомых дачников, если в одной и той же теплице из года в год сажать томаты и при этом никак не обновлять почву, каждый новый урожай будет все меньше и меньше. Можно, например, ежегодно менять верхний слой в теплице, но это процесс трудоемкий. Сидераты — вот палочка-выручалочка огородника!

Озимая рожь

Высеваю ее в сентябре сразу после уборки томатных кустов. А примерно в конце октября — начале ноября закапываю рожь в почву и оставляю перегнивать. Но можно просто оставить зимовать и перекопать уже в начале марта. В конце апреля рожь скашиваю и мульчирую ею другие овощи либо заделываю в тепличный грунт на глубину 10-15 см.

Рожь снижает вероятность различных «томатных» заболеваний и насытит почву питательными веществами. Также поливаю перекопанную землю удобрением «Байкал ЭМ-1» (1 : 100) — оно способствует оздоровлению и более быстрому разложению заделанных растений. Но высаживаю рассаду томатов после этого только через 2-3 недели.

Самый «быстрый» сидерат

Горчица — замечательный фитосанитар, быстрорастущий и дающий огромную зеленую массу. Ее сажаю вплоть до конца сентября, так как это более скороспелая и холодостойкая культура. Но можно и в начале марта, то есть примерно за 1,5 месяца до высадки рассады в теплицу. Через месяц запахиваю горчицу в почву, поливаю крепким раствором «Байкала ЭМ-1» и через 2-3 недели высаживаю томатную рассаду. А можно в начале мая посадить помидоры прямо в горчицу (если она выросла выше 20-30 см, то лучше подрезать плоскорезом), а через недельку выдернуть ее и оставить на грядке как мульчу. Горчица станет защитником для томатов от весенних заморозков, а позже скошенный сидерат превратится в мульчу для тепличных жильцов. На теплицу площадью 20-30 кв.м достаточно всего 100 г семян (при норме посева 200-300 г на сотку). Кроме того, горчица уже к концу марта порадует ранней салатной зеленью. Я, например, готовлю из нее и шпината, добавив сок моркови и свеклы, суперсредство от весеннего авитаминоза.

Ольга КОСЕНКО, автор сайта «Огород без забот», г. Калининград

Варим овощи — сохраняем пользу

Овощ	В кастрюле (мин.)	На пару (мин.)	В микроволновке (мин.)
 Свекла	30-60	40-60	9-12
 Брокколи	4-6	5-6	2-3
 Капуста	5-10	5-8	5-6
 Цветная капуста (кусочки)	4-6	3-5	2-3
 Морковь	5-10	4-5	4-5
 Кукуруза	5-8	4-7	1-2
 Баклажан	6-8	5-6	2-4
 Горох	8-12	4-5	2-3
 Картофель	15-20	10-12	6-8
 Брюссельская капуста	5-7 (опускать сразу в кипяток)	8-10	4-6
 Цукини (кусочки)	3-4	4-6	2-3

Суп с сырными шариками

♦ 5 ст. воды ♦ банка консервированного горошка ♦ стручок сладкого перца ♦ морковь ♦ луковица ♦ 2 картофелины ♦ стебель сельдерея ♦ 2 ст.л. растительного масла ♦ соль ♦ черный молотый перец ♦ пряности — по вкусу.

Для шариков:

♦ 70 г твердого сыра ♦ яйцо ♦ 50 г муки ♦ 30-35 г сливочного масла ♦ 1 ст.л. рубленой зелени ♦ соль.

Сыр натираю на мелкой терке, добавляю муку, мягкое сливочное масло, яйцо, зелень и соль. Перемешиваю и ставлю на 30 мин. в холодильник. Очищенный от семян перец, морковь, картофель, сельдерей и лук нарезаю кубиками. Картофель заливаю водой и ставлю на огонь. Лук обжариваю на растительном масле до золотистого цвета, кладу морковь и, периодически помешивая, обжариваю 3-4 мин. Добавляю сельдерей и перец, готовлю еще 5 мин. Солю, перчу. Кладу зажарку в кипящую воду и варю на малом огне 15 мин. Из сырной массы мокрыми руками формую небольшие шарики, опускаю их в суп и варю 10 мин. Добавляю горошек вместе с жидкостью, соль и пряности по вкусу. Даю закипеть, снимаю с огня и оставляю настояться 10 мин. Подаю, посыпав рубленой зеленью.

Галина КОМПАНИЦЕВА, г. Челябинск. Фото автора



Котлеты «Лайт»

♦ 0,5 кг куриного фарша ♦ 2 небольших кабачка ♦ яйцо ♦ пряности — по вкусу ♦ соль ♦ растительное масло.

Кабачки чищу, нарезаю кусочками, измельчаю в блендере. Добавляю яйцо, пряности и соль. Кладу фарш и тщательно перемешиваю. Ложкой выкладываю котлеты в смазанную растительным маслом форму и запекаю при 200 град. 30 мин.

Екатерина ЛАПТЕВА, г. Донецк. Фото автора

Кабачковый торт

Готовить быстро и просто, а получается сочно и вкусно!

♦ 1 кг кабачков ♦ 2 яйца ♦ 3 ст.л. с верхом муки ♦ 4 помидора ♦ 150 г майонеза ♦ 3-4 зубчика чеснока ♦ 0,5 ч.л. соли ♦ черный молотый перец ♦ растительное масло ♦ зелень укропа.

Кабачок натираю на терке, солю и оставляю на 10 мин. Затем сливаю сок, добавляю яйца, муку, перец и перемешиваю. Распределяю смесь тонким слоем (3-5 мм) по дну сковороды с разогретым растительным маслом. Жарю с обеих сторон до золотистой корочки. У меня получается 5 коржей. Каждый выкладываю на бумажное полотенце и оставляю до остывания. Коржи смазываю майонезом, смешанным с рубленым укропом и пропущенным через чесночницу чесноком,



выкладываю нарезанные кружочками помидоры и собираю торт. Верх также смазываю майонезом.

Инна ТИЩЕНКО, г. Васильевка. Фото автора

Пожарить кабачковые блинчики, не порвав их, дело не такое уж простое. Расскажу, как делает моя женушка. Кладет 3 ст.л. теста в центр разогретой сковородки и аккуратно растягивает его ложкой к краям. Блинчики более 12 см в диаметре готовить не советую, иначе будет сложно перевернуть.





«Хмельная» груша

♦ 2 твердые груши ♦ 100 г коричневого сахара ♦ 150 г обычного сахара ♦ 0,5 л воды ♦ 4 тонких ломтика свежего корня имбиря ♦ 2 ст.л. коньяка ♦ 2 ст.л. сока лимона ♦ 0,5 ч.л. тертой цедры апельсина ♦ звездочка бадьяна ♦ палочка корицы ♦ 3 бутона гвоздики.

Воду кипячу, всыпаю весь сахар, перемешиваю. На малом огне увариваю сироп на треть. Добавляю коньяк и все пряности, варю 5 мин. Вливаю сок лимона, кладу очищенные и крупно нарезанные груши. Варю еще 10 мин. Настаиваю под крышкой 15 мин. Подаю теплыми.

Оксана ГОРШКОВА,
г. Чита.
Фото автора

Суперкотлетки

Чтобы мясные котлеты получились особенно нежными, добавляю в фарш манку и свежее яблоко: на 0,6 кг — 2 тертых без кожицы фрукта и 2 ст.л. манной крупы. Если яблоки очень сочные, слегка отжимаю. Яйцо и батон не кладу.
Ксения СМОЛЯКЕВИЧ,
г. Тула

Салат «100% успеха»

Набор продуктов минимальный, но вкус отменный!

♦ 300 г свежей белокочанной капусты ♦ 80 г вареного куриного филе ♦ 2 яйца ♦ 2 ст.л. молока ♦ 2-3 ст.л. майонеза ♦ соль ♦ растительное масло.

Венчиком смешиваю 2 яйца, молоко и соль. Выпекаю блинчики на смазанной маслом сковороде. Капусту нарезаю соломкой, немного солю и слегка мну руками. Куриное филе разбираю на волокна. Блинчики нарезаю соломкой. Все продукты заправляю майонезом и перемешиваю.

Наталья КАЛНИНА, г. Тара

Сырники без ошибок

Секрет удачных сырников — в свежем твороге. Слишком влажный брат не стоит: чтобы сырники из него не развалились, придется добавлять много муки и тогда на выходе получите «резиновые шайбочки». А вот если творог слишком уж сухой, обязательно разбавьте его сметаной.

Людмила ГОЛУБЕВА,
г. Москва

НА СЕКРЕТНОЙ СЛУЖБЕ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

ОБ ЭТОМ НЕ ПРИНЯТО ГОВОРИТЬ ВСЛУХ. НО УЖЕ ПОСЛЕ 50 ЛЕТ МНОГИЕ МУЖЧИНЫ УЗНАЮТ О ПРОСТАТИТЕ И АДЕНОМЕ НЕ ПОНАСЛЫШКЕ.

Чем мужчина становится старше, тем тяжелее проявляются симптомы заболеваний. Неприятные болевые ощущения, чувство неуверенности в себе — вот что приходит на смену былой решимости и героической браваре. Но желание держать ситуацию под контролем и добиваться всего задуманного никуда не уходит — есть еще энергия, и этот внутренний запал заставляет искать путь выхода из неприятной ситуации.

ВЫХОД ЕСТЬ!

ЦЕРНИЛТОН® и **ЦЕРНИЛТОН® форте** — лекарственные препараты для курсового лечения простатита и аденомы простаты. Благодаря натуральному компоненту (экстракт пыльцы разнообразных растений, полученный особым способом микробиологической ферментации) они оказывают комплексное действие и способствуют:

- ✔ облегчению акта мочеиспускания;
- ✔ уменьшению болевого синдрома;
- ✔ улучшению эректильной функции, повышению потенции (нарушенной на фоне простатита);
- ✔ усилению полового влечения;
- ✔ уменьшению объема остаточной мочи после опорожнения мочевого пузыря;
- ✔ уменьшению частоты позывов к мочеиспусканию.



ЦЕРНИЛТОН® и **ЦЕРНИЛТОН® форте** помогут Вам ощутить себя полным сил, физически активным и уверенным в своих сексуальных возможностях.

Всегда привык держать ситуацию под контролем? Пора заняться этим вместе с препаратами ЦЕРНИЛТОН® и ЦЕРНИЛТОН® форте!

«Горячая линия»: 8 (495)795-61-56, 8 (499)124-02-21

www.cernilton.ru

ЦЕРНИЛТОН®: 100 или 200 таблеток; **ЦЕРНИЛТОН® форте**: 50 капсул.

ООО Группа компаний «Граминекс-фарма» — официальный представитель «Graminex LLC» (США) в РФ, СНГ и Балтии.
Рег. уд. П № 014227/01, ЛП-000453. Реклама. 18+



СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ, НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ ИЛИ ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА

Вопрос — ответ

Остаться с морковкой

Как правильно хранить морковь, чтобы она не портилась? В последнее время урожай хорошо если доживает до середины зимы...

Андрей СОЛДАТЕНКО, г. Сенно

Расскажу старый добрый способ уборки и хранения моркови, благодаря которому она остается свежей даже весной и при этом не теряет своих вкусовых качеств. После уборки положите морковь в темное прохладное место на неделю-две — это позволит закалить овощ. Затем отсортируйте погнившие или поврежденные болезнями корнеплоды, чтобы не занести инфекцию в место хранения. Выкопайте яму 50 на 50 см и глубиной до 1 м, на дно которой положите печную золу либо ветки полыни — это уберет морковь от грызунов. Аккуратно распределите корнеплоды в два-три ряда, переложите соломой, сверху насыпьте землю, веточки полыни, затем снова — морковь. И так до верха ямы. В конце укройте 30-40 см соломой и прикопайте песком.

Вадим ЕРМОЛЕНКО, главный агроном, г. Калининичи

Шафран — самая дорогая пряность в мире: 1 г стоит около 10 долларов. А все потому, что собирают «золотую пряность» вручную (это высушенные рыльца крокусов) и на пресловутый 1 г надо порядка 150 цветков. А ведь растут крокусы далеко не везде, в отличие от привычных нам бархатцев.



«Шафран» по-нашему

У вас растут бархатцы? У меня — и на клумбах, и на грядках. Эти цветы не только украшают сад, но и улучшают почву, а также защищают растения от вредителей. А еще они могут разнообразить вкус блюд. Чтобы заменить дорогой натуральный шафран, на Кавказе из цветков бархатцев научились готовить так называемый имеретинский.

Кстати, покупаю пряности у одного продавца уже несколько лет. И вот на днях он мне с умным видом предлагает шафран. Я между делом спрашиваю: «Имеретинский?» Пауза — и продавец возмущается: «Конечно, имеретинский! Вы представляете, сколько стоит настоящий?!» А если бы не знала всех тонкостей, наверняка продавал бы мне свой товар как эксклюзив. А я такую пряность готовлю сама.

Обрываю у бархатцев лепестки, сушу, пересыпаю в стеклянную банку. Можно перемолоть сразу, а можно — по мере необходимости. Я обычно выбираю второй вариант, потому что для приготовления некоторых блюд могут понадо-



добиться целые лепестки. Храню в сухом месте. Добавляю в салаты, выпечку (кстати, пряность дает аппетитный желтый цвет пирогам и булочкам).

Елена ПОЛЕНОВА, г. Краснодар

Виноград до Нового года

ТЕМПЕРАТУРА ХРАНЕНИЯ — ОТ 0 ДО +3 ГРАД



ПОЗДНИЕ СОРТА, ГРОЗДИ ЧУТЬ НЕДОЗРЕВШИЕ



УБИРАТЬ В СУХУЮ ПОГОДУ



СРЕЗАТЬ СЕКАТОРОМ ВМЕСТЕ С ГРЕБНЕНОЖКОЙ



ВЫРЕЗАТЬ ВСЕ ПОВРЕЖДЕННЫЕ ЯГОДЫ



ХРАНИТЬ В НЕБОЛЬШИХ ЯЩИКАХ, УЛОЖИВ В ОДИН СЛОЙ



ВДАЛИ ОТ КАРТОФЕЛЯ И ДРУГИХ ОВОЩЕЙ



Владимир УСТИНОВ, сотрудник отдела селекции плодовых культур РУП «Институт плодородия»

А-ля чернослив

Правильно бланшированная слива — почти черная, но иногда может оставаться темно-коричневой, что совершенно не влияет на ее вкус.

♦ 3-4 кг мелких слив сорта венгерка (угорка) ♦ 1 ч.л. без горки соды ♦ вода.

В большую кастрюлю или миску наливаю холодную воду до верха. В другую — 2 л и довожу до кипения, добавляю соду (она размягчит кожуру плодов и ускорит процесс сушки). Закладываю сливы в сито небольшими порциями и опускаю в содовый раствор на 30-40 сек., а затем — сразу в холодную воду. Сушу фрукты сначала на полотенце, затем в электросушилке при 60 град. 7-8 часов. Можно периодически менять лотки местами. Даю сливе полностью остыть. Зажимаю каждый плод в ладони, вставляю в

основание деревянную шпажку и вытаскиваю косточку. Если она плохо вынимается, сушу еще несколько часов. Удалив косточки, досушиваю сливу 3-4 часа при 60 град., а затем при 50-55 град. до готовности (плоды не должны выделять сок). Даю остыть «черносливам» в сушилке. Храню в стеклянных банках в прохладном месте или в холодильнике.

Мой совет

Если пересушите сливу — не страшно. Перед едой или приготовлением блюда просто на некоторое время замочите «чернослив» в теплой воде.

Татьяна КРАВЧЕНКО, г. Херсон



ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ! СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

Усилитель звука

1190 руб.

Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный прибор со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе, на праздниках и дома.



Набор посуды Kaiserhoff (Кайзерхофф)

(Германия)

4990 3990 руб.

Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходят для всех видов плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала.



Мультилайсер «Китчен Мастер»

2500 1290 руб.

Мультилайсер (3 барабана в комплекте) Китчен Мастер схож с мясорубкой внешне и по принципу работы. Это своего рода терка современного типа, которая справляется с разными видами шинковки продуктов. Мультилайсер умеет резать овощи ломтиками, брусками, соломкой, кругами и сохраняет их сочными, делать крошку из шоколада, перетирать орехи, натирать сыр или готовить панировку, шинковать капусту в салат, картофель или яблоки тонкими пластинами для чипсов. Устройство легко устанавливается и надежно закрепляется на столе. Лезвия изготовлены из высококачественной стали и не нуждаются в заточке.



Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1290 790 руб.

Чудо-колготки представляют собой переплетение миллиона мелких ниток в жгуты, которые отличаются повышенной прочностью и эластичностью. Прекрасно держат свою форму, не теряют своих качеств даже после 2 тыс. стирок. Прекрасно скрывают недостатки фигуры, особенно это касается апельсиновой корки в области ягодиц и голеней. Повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Благодаря компрессионному эффекту защищают вены и сосуды.



Бюстгалтер корректирующий «Ах Бра»

1710 990 руб.

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без пелечек, крючков, швов и «косточек»; приподнимает грудь; не собирается складками и не сдавливает кожу по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный; не ограничивает движения, удобно заниматься спортом.

Размеры: S 76-81 см, M 86-91 см, L 96-101 см, XL 106-111 см, XXL 106-121 см.

3 БЮСТГАЛТЕРА «АХ БРА» В КОМПЛЕКТЕ

Новейший автоматический веник

1800 990 руб.

По бокам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор. Веник работает без батареек или электричества. Прикасаясь к поверхности, щетки начинают двигаться. Боковые щетки собирают мусор и подметают его к центральному валу. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки вращается на 360 градусов, что сильно облегчает работу.



Увеличительные очки

BIG VISION

1500 790 руб.

«Биг Вижн» дают визуальное увеличение любого предмета 160% и при этом оставляют руки свободными, поэтому они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности!



Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.

с дисплеем + ДУШ

2490 руб.

Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Существенно экономит электроэнергию по сравнению с другими нагревателями! Устанавливается за пару минут.



Обогреватель настенный

1990 1490 руб.

Гибкий настенный электрообогреватель можно повесить на стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Не сушит воздух и не сжигает кислород. Потребляет мало электроэнергии! Постоянная температура 60-70°C.



Отпугиватель грызунов и насекомых

1 шт - 990 руб. 2 шт - 1490 руб.

Устройство для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 м². Просто вставьте его в розетку. Можно использовать, если в доме есть дети, собаки и кошки. Безопасен. И в него встроен уютный ночник.



Матрас-топпер с ортопедическим эффектом

90 x 200 - 2990 руб.

140 x 200 - 3390 руб.

160 x 200 - 3690 руб.



Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника и бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Матрас идеально подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов — разглаживает ямки, сглаживает перепады и обеспечивает поддержку спины. Скручивается в рулон, легко поместится на полку в шкафу. В комплекте чехол с ручкой.

Многофункциональный парогенератор

2500 990 руб.

Прибор сочетает в себе такие функции, как: паровой утюг, парогенератор, пароочиститель и увлажнитель воздуха. «Аврора» вырабатывает непрерывный поток пара, который хорошо проникает в ткань и расправляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Прибор уничтожает пылевых клещей и бактерии. Попробуйте погладить им шторы, освежить кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Хорошо борется с неприятными запахами одежды и пятнами пота. Лучшая модель среди ручных отпаривателей.



Подарочный набор часов с браслетами (черный, белый)

3800 1990 руб.



Подарочный набор считается элитной ювелирной высочайшего качества. В часах используется антиударный Швейцарский механизм, корпус выполнен из износостойкой нержавеющей стали с пылезащитой, использованы надежные застежки. К часам идет три браслета с использованием ювелирной эмали и камней Swarovski. Набор упакован в шикарную подарочную шкатулку с логотипом!

Швейная мини-машинка

2790 1990 руб.

Очень компактная! Для ее использования и хранения не нужно отводить специальное место. Вы с легкостью подождете брюки или юбку, вставьте молнию, сжмином тем самым свои деньги на посещение ателье. С этой мини-машинкой так легко пришить заплатку или красивый декоративный элемент. Сошьте красивую одежду своими руками. Вы сможете шить, используя ножную педаль. Это делает процесс шитья быстрым и удобным.



В ПОДАРОК МАШИНКА ДЛЯ УДАЛЕНИЯ КАТЫШЕК

Самогонный аппарат «Маруся 1300»

1990 1290 руб.

Нержавеющая сталь. Производит 1300 мл самогона в час! Не требует водопровода. В подарок вкусоароматические концентраты на 300 литров коньяка.



Электрический измельчитель «Молния»

1490 1290 руб.

«Молния» незаменимый помощник на кухне. Он один заменяет несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). При этом имеет компактный размер. Имеет 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пирирование и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. Прибор справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи) и помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и прочее).



Чудо-светильник «Наносвет»

1500 590 руб.

Теперь можно в считанные секунды установить светодиодное освещение в шкафу, под раковиной, под кроватью и т.д. Состоит из 5 ярких светодиодов и работает на батарейках непрерывно до 100 часов. Крепится с помощью специальных двухсторонних липучек на любую поверхность. Легко устанавливается на потолок или стену, а при необходимости вынимается из крепления одним движением руки и используется как стандартный фонарик. Использует 3 батарейки типа ААА.



АКЦИЯ: ВТОРОЙ СВЕТИЛЬНИК В ПОДАРОК!

Художественный набор Cars

1300 790 руб.

Хотите, чтобы ваш ребенок развивался правильно, подарите ему художественный набор Cars. В данный набор входит все необходимое как для начинающего так и для опытного художника. В составе набора 92 предмета: 12 цветных карандашей, 12 масляных, 24 маркера, простой карандаш, клей, ножницы, кисточка, стеллер, точилка, стирка, скрепки. Просто необходимая вещь для каждого школьника!



Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акции, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно ознакомиться по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 11.09.18 по 30.09.18 г. Реклама.

ООО «Тон-Шоу», ОГРН 117746729115, юр.адр. 115191, г.Москва, 2-я Рошинская ул., д.4, офис 503

Доставка по Москве и всем регионам России. Время работы с 9:00 до 21:00

8 (499) 213-03-16

(многоканальный)

Народный календарь

11 сентября — Иван Постный

В этот день не ели ничего круглого: не варили щи из кочана, не срезали головки мака, не копали картофель, не рвали яблоки.

12 сентября — Александр Сытник

Накрывали богатые столы, собирали гостей. Обычно готовили сытную ячменную кашу на молоке. И подавали на стол свежий хлеб из зерна нового урожая.

13 сентября — Куприянов день, Журавлиное вече

В этот день начинали сбор клюквы. Варили компоты и кисели, варенье. Также выходили в поле убирать корнеплоды, эти же овощи подавали на стол.

20 сентября — Луков день

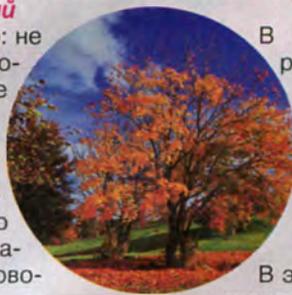
Готовили угощения из лука: например, крупные луковицы обваривали кипятком и вынимали седину, заполняли куриным фаршем, варили в бульоне или запекали в печи. Считали, если испечь хоть одну луковицу до этого дня, то весь речпчатый урожай на грядках высохнет.

23 сентября — Петр и Павел Рябинники

Начинали заготавливать впрок рябину. Варили из нее компоты и целебный квас, настойки и наливки.

24 сентября — Федорины вечерки

Начинались капустные вечерки. Две недели девушки и женщины рубили капусту, квасили ее на зиму, рассказывали байки, шутили и смеялись. На стол в такие вечера подавали блюда из капусты: голубцы, пироги, щи. А мужчины варили пиво.



26 сентября — Корнилье

В этот день убирали корнеплоды: редьку, морковь, репу, свеклу.

28 сентября — Никита Гусятник

Главным блюдом на столе был печеный гусь. В это время убирали репу с грядки, обрезали у нее ботву, поэтому праздник нередко называли Репорезом.

1 октября — Арина Шиповница

В этот день было принято собирать и сушить шиповник. Также из него готовили витаминные напитки, варенье, кисель, желе, мармелад, повидло.

3 октября — Астафий Ветряк

Рубили позднюю капусту: тронутые морозом кочаны приобретали особый вкус.

5 октября — Иона и Фока, Листопадная

В этот день под запретом блюда из рыбы, зато в обилии на столе была редька, которую подавали с солью, луком и квасом.

6 октября — Ираида Спорная

Хозяйки готовили особое блюдо — наливушки: толкли вареный картофель, сдабривали его яйцами и молоком, наливали смесь на ржаную лепешку, заворачивая ее края, и пекли в печи.

7 октября — Фекла Запрядальница

В последний раз ходила за белыми грибами. Если удавалось набрать боровиков, подавали на стол.

8 октября — Сергей Капустник

Рубили капусту, заготавливали на зиму. Засолки занимались всей семьей. На капустном листе пекли вкусные лепешки, а когда тесто клали на лист, молились, чтобы зима прошла благополучно. На стол подавали и пирожки с капустой.

Подскажите

Слышала, что есть способ заготовки лесных грибов без уксуса, но в растительном масле. Это не соленые и не квашеные грибочки, а именно консервированные. Буду благодарна за проверенный рецепт такой заготовки.

Тамара КОЛЕСНИКОВА,
г. Запорожье



Хозяйки, такая задача: есть большой куст боярышника и не меньшее желание сохранить ягодки на зиму с максимальной пользой. Поделитесь своим опытом.

Юлия ЧЕРНОВА, г. Днепр



Спасибо Сватам и дорогим хозяйкам — научили с толком вялить помидоры. Хотелось бы и до слив добраться. Говорят, такая вкуснятина! Интересует именно не сладкая, а прняная заготовка-закуска.

Ольга КОБЯКОВА,
г. Гродно

Следующий номер выйдет 9 октября. Не пропустите!

Журнал «Сваты. Заготовки» № 9 (41), 11 сентября 2018 г.

Издается с мая 2015 г. Выходит 1 раз в месяц 16+

Шеф-редактор Татьяна Ивановна САНЧУК
Редактор Наталья Михайловна ГОРОВОЦОВА
Учредитель и издатель — ООО «ИД «Толока»
Свид-во о регистрации СМИ ПИ № ФС77-61429 от 10.04.2015 г.

Адрес редакции, юридический адрес:

214000, г. Смоленск, ул. Тенишевой, д. 4а
Тел.: (8-4812) 64-75-65, 64-75-47 (факс)
E-mail: ru@toloka.com

АДРЕС ДЛЯ ПИСЕМ: 214000, г. Смоленск,
главпочтамт, а/я 200. E-mail: sz@toloka.com

Номер подписан в печать 29.08.2018 г. в 20.00

Тираж 163 900 экз. отпечатан ООО «Возрождение»
214000, г. Смоленск, ул. Бабушкина, д. 8, офис 1

По вопросам рекламы обращаться по тел.:

(8-495) 662-92-18.
E-mail: reklama_ru@toloka.com

Распространитель: ООО «Толока в России»,
тел. (8-4812) 61-19-80, тел./факс (8-4812) 64-74-54.
E-mail: ru@toloka.com

По вопросам доставки и качества изданий — (8-4812) 64-75-47

Вы можете оформить подписку с любого месяца по индексам

11423 «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ», 71234 «Пресса России»,

П1214 «Подписные издания» Официальный каталог ФГУП «Почта России».

Набран и сверстан в компьютерном центре «Толоки»

В связи с вводом в действие Налогового, Трудового кодексов гонорар и призы вы сможете получить только при указании ФИО (полностью), номера страхового свидетельства по пенсионному фонду, даты рождения, паспортных данных, адреса прописки.

Цена свободная

Предоставлением своих персональных данных (ФИО, паспортные данные, адрес регистрации, ИНН, номер страхового пенсионного свидетельства) субъект персональных данных выражает свое согласие на сбор, хранение и обработку его персональных данных для достижения целей, установленных действующим законодательством РФ.

Логотип (товарный знак) защищен. По всем вопросам его использования обращаться в редакцию. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и имеет право отказаться от публикации рекламы.

Редакция имеет право редактировать и опубликовать любые присланные в свой адрес иллюстрации и письма читателей. Факт пересылки означает согласие их автора на передачу редакции прав на использование произведения в любой форме и любым способом на территории стран СНГ, Литвы, Латвии, Рукосис не рецензируются и не возвращаются.

В номере использованы фото shutterstock.com, depositphotos.com, rusmediabank.ru.

Фото на обложке Ирины САВОСИНОЙ

Заказ № 02851

Сегодня также вышли:

«Народный доктор», «Делаем сами», «Цветок», «Садовод и огородник», «Наша кухня», «Сваты», «Домашние цветы», «Кухонька Михалыча», «Лечитесь с нами», «Золотые рецепты наших читателей», «Психология и Я», «Волшебный», «Домашний», «Вяжем пледы, скатерти, салфетки», «Ваш личный защитник: обереги на здоровье, удачу, богатство».



АртроФоон

РЕКЛАМА

**Двигаться,
а не передвигаться!**



Р № 000373/01 от 07.06.2010



Горячая линия:
8 (495) 681-93-00, 8 (495) 681-09-30

www.materiamedica.ru

- Создан для курсового лечения заболеваний суставов и позвоночника
- Может снизить воспаление и уменьшить боль
- Может снизить частоту обострений

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ