



www.dedoibaba.ru

пос. В.Синячиха

Дедо и Баба

№ 4 (552)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

20 - 26 января 2020 г.

◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

РОЖДЕСТВЕНСКАЯ КУТЬЯ

Ингредиенты

Крупа (рис, булгур, перловка);
или пшеница для кутьи - 1 стакан;
Мак - 3-4 ст. ложки;
Грецкие орехи очищенные - 100 грамм;
Мед - 3 ст. ложки;
Вода или компот - 2 стакана.
Калорийность 247 кКал
Время приготовления 30 мин.

Пошаговый рецепт

Рождественская кутья (или сочиво) - праздничное постное блюдо, может быть как основным, так и десертом, а также может быть подано на завтрак, на обед или на ужин. Появилась примета или надежда, что чем вкуснее и богаче по составу кутья, тем благополучнее во всем будет год для семьи. Кроме традиционных мёда и мака, стали добавлять орехи, цукаты, сухофрукты и даже халву, а крупу - варить не только на воде, но и на компоте.

В разных странах кутью готовили из ржи, ячменя, пшеницы, чечевицы, перловки или риса, т.е. из самых разных круп, но традиционно на Руси - из пшеницы для чего её обрабатывали специальным способом. Сейчас чаще можно встретить кутью из риса и нередко она уже ассоциируется с поминками... Поэтому я предлагаю приготовить кутью из очищенной и дробленой пшеницы, т.е. из булгура. Из других круп блюдо готовится аналогичным образом.

п.с. На Рождество на столе должно быть 12 блюд (традиционно постных), а в центре стола место для кутьи...

Подготовьте ингредиенты:

Залейте мак кипятком на 15 минут, распарьте, а затем процедите. Желательно его ещё потом растереть, но я не стала ...

Булгур готовят следующим образом (написанным на упаковке): Разогрейте в кастрюле немного сливочного или растительного масла, засыпьте 1 часть крупы и тщательно перемешайте, чтобы жир полностью покрыв зерна. Добавьте 2 части кипятка и варите под крышкой 10-15 минут.

Я готовила постный вариант без сливочного масла в мультиварке:

Залейте промытый булгур водой (или компотом) и установите режим, который дает рассыпчатую кашу ("рис", "гречка", иногда ставят "разогрев 15-20 минут" или устанавливают режим "мультиповар").

В теплый булгур добавьте меду по вкусу в зависимости от того варили вы булгур на воде или на компоте. Перемешайте.

Грецкие орехи подсушите и поломайте на кусочки, а затем орехи и мак соедините с булгуром.

Рождественская кутья готова.

Повторюсь, что кутью аналогичным образом можно приготовить и из риса.

Хотя, мне все-таки больше нравится с булгуром.

Приятного аппетита!

Благополучного года вашей семье!

В библиотеке "ДЕДО И БАБА" новые книги - из серии ЭТНОГЕНЕЗ Лариса Бортникова «Охотники» и «Охотники-2»

1919 год. Майор Норфолкского полка Артур Уинсли отправляется в Турцию расследовать загадочное исчезновение английского батальона. Назначение его не случайно — «Орден Рубиновой Розы и Золотого Креста» дает майору возможность вернуться в Британскую ложу Хранителей. С другого конца света в Константинополь едет чикагский гангстер Красавчик, нанятый американскими Охотниками. Ему предстоит пуститься в погоню за странными предметами. Случай сводит бандита и солдата в «Восточном экспрессе», и отныне охотиться за фигурками животных они будут вместе. Их ждут бурлящий Стамбул, полыхающий в огне Гражданской войны Крым, охваченная голодом Москва, пули турецких националистов и, конечно же, любовь.

♥ ЗДОРОВЬЕ



Чайный напиток при аллергии

Отзывы.

Хотела бы поделиться своим опытом применения фиточая при аллергии. Узнала о нем я совершенно случайно, просто увидела в аптеке и решила попробовать. Дело в том, что время от времени у меня появляется аллергическая реакция в виде шелушения на руках или даже на лице, причина до конца не ясна... Этот чай просто находка для меня, он довольно-таки здорово мне помогает бороться с аллергией, даже если пить его для профилактики, кожа остается гладкой и без всякого мерзкого шелушения и аллергических пятен.

По вкусу чай очень приятный, даже не горький как это обычно бывает с травяными чаями, а наоборот, он обладает сладковатым вкусом. Только заваривать его действительно нужно долго, иначе он будет безвкусный и бесполезный. Пяти минут недостаточно, реально, как написано, минут 15 и надо заваривать, как раз он уже будет не горячий, к моменту готовности.

Всем здоровья! Чай рекомендую, даже для профилактики он неплох.

ДЕЙСТВИЕ: обладает противовоспалительным, обезболивающим, седативным, антибактериальным, вяжущим, иммуностимулирующим действием, повышает сопротивляемость и снижает чувствительность организма к аллергенам.

СОСТАВ: трава хвоща, трава чистотела, трава череды, трава крапивы, трава мяты, корень лопуха, трава зверобоя.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ: 1 фильтр – пакет залить стаканом кипятка (200 мл), настоять 10-15 минут, принимать по 1 стакану 2-3 раза в день.

В предлагаемых дозах данная продукция не является лекарственным средством. Чтобы применять этот чайный сбор как лекарство - проконсультируйтесь с врачом.

В предыдущих номерах нашей газеты мы рассказали вам, что в нашем стремительном мире о своем здоровье нужно заботиться самим, а не ждать болезни. Профилактика – вот то главное действие, которое доступно каждому и требует к себе не так уж много внимания и денег. Правильное питание, правильная духовная жизнь и правильный образ жизни – вот три составляющие основы здоровья человека, а будет здоровье – будет всё!

В магазинах нашей торговой сети ТРИТОЛ мы предлагаем вам довольно широкий выбор чаёв из различных всем известных ягод и трав. О пользе того или иного чая мы будем рассказывать вам в нашей газете, или вы, придя в наш магазин, можете прочитать описание на коробочке чая. Мы выбрали для вас в основном пакетированный чай.

Чай доступны в магазинах: п.В.Синячиха - ТРИТОЛ-1, ТРИТОЛ-9, «Дедо и Баба», в с.Мугай - ТРИТОЛ-14, в с.Измоденово - ТРИТОЛ-18 и в п.Бубчиково - ТРИТОЛ-5.



Внимание!
В магазине ДЕДО и БАБА,
широкий выбор очков и
травяных чаёв!



ВРАЧ РАЗВЕЯЛ МИФ О ПОЛЬЗЕ ГОРЯЧЕГО ЧАЯ



Представление о том, что горячий чай очень полезен при высокой температуре, широко распространено. Принято считать, что это способствует быстрому выздоровлению.

Гастроэнтеролог Илья Минкин развеял эти заблуждения. Более того, по мнению врача, горячий напиток только усугубит состояние заболевшего человека.

- Лучше выпить не горячий, а теплый чай, - говорит Минкин. - Если чай обжигает слизистую рта, то точно так же он будет действовать и на слизистую оболочку желудка. Надо

быть осторожнее с горячими напитками, чтобы не раздражать желудок, ведь мы и так подвергаем его постоянным испытаниям неправильным питанием.

Кроме того, чай любой температуры является мочегонным средством. При высокой температуре происходит интенсивная потеря жидкости, потому что пациент потеет. Чай только усугубит этот процесс. Как советует Вечерняя Москва, при температуре лучше пить щелочные напитки. Например, минеральную воду.

Марина Бровкина
<https://rg.ru>

Дорогие Родители и начинающие художники!

В магазине Дедо и Баба в продаже появились книги из серии “Учитесь рисовать”



Совершенствуйте свое искусство рисования с серией книг “Учитесь рисовать!”

При составлении этих учебных пособий по рисованию широко использовался принцип наглядности и практичности. С помощью пошаговых рисунков их авторы профессиональные художники или учителя, кратко и доступно объясняют, как пользоваться карандашом, пером и чернилами, пастельными мелками и углём.

В данную серию вошли наиболее популярные темы и предметы изображения, и в каждой книге вы найдете главу, посвященную художественным материалам, композиции, перспективе и различными техниками рисунка - как традиционным, так и новаторским.

Редактор В. Толстов.

Учредитель и издатель: ИП Толстов - «Дедо и Баба».

Адрес редакции: 624691. пос. Верхняя Синячиха,

Алапаевского р-на Свердловской обл. ул. Октябрьская, 20-4.

Телефон: 48-8-91, 48-8-82. Эл. почта dedo55@mail.ru

Газета выходит в пятницу. Печать - ризограф, объем 0,25 п.л. Компьютерный набор и верстка выполнены в редакции газеты «НЕВЕСТИК». Отпечатано в офисе «Тритол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 990 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.