



www.dedoibaba.ru

пос. В.Синячиха

# Дедо и Баба

№ 10 (558)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

2 - 8 марта 2020 г.

## ◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

### Вареники с жареной капустой

#### Ингредиенты

##### Начинка:

Капуста - 500 г  
Морковь - 50 г  
Масло подсолнечное - 50 мл.  
Томатная паста - 1 ст.л.  
Соль, перец - по вкусу  
**Зажарка:**  
Лук репчатый - 1-2 шт.  
Подсолнечное масло - 50 мл.

##### Тесто:

Сметана - 3 ст.л.  
Мука пшеничная - 3 стакана  
Вода тёплая - 0.5 стакана  
Соль - 0.5 ч.л.  
Сода - 0.5 ч.л.  
Калорийность 238 кКал  
Время приготовления 1 ч. 30 мин.

#### Пошаговый рецепт

Вареники с капустой в моей семье самые любимые, хотя раньше я предпочитала больше с начинкой из картофеля с укропом! Моя свекровь издавна солёные вареники готовит только с капустой, правда лепит она их большими, так чтоб съел пару вареников и уже был сыт. Конечно в таких варениках есть своё преимущество - много начинки и мало теста, но я всё же предпочитаю средние вареники. Тесто смело можно использовать ваше любимое. Сегодня для лепки вареников с капустой я использовала тесто на сметане.

Начинку для вареников нужно приготовить заранее, чтоб она успела остыть. Нужно тонко нашинковать капусту и обжарить её на подсолнечном масле. Можно добавить немного моркови.

Жарить капусту помешивая 10 минут, добавить томатную пасту, перемешать и тушить ещё 10 минут. Посолить и поперчить капусту по вкусу. Затем снять с огня и остудить.

Тесто раскатать в ровную колбаску, нарезать на кусочки. Тесто которое не используется, следует прикрыть пищевой плёнкой, чтобы оно не обветрилось.

Каждый кусочек раскатать в лепёшку толщиной 2-3 мм.

В центр лепёшки выложить остывшую начинку.

Слепить вареник. Лепить вареники можно любым привычным вам способом. У меня в этот раз самый обычный способ лепки: лепёшка сворачивается пополам и защипывается по центру, затем поочередно защипываются края.

Стол присыпать мукой и выложить готовые вареники.

Вскипятить воду, посолить, добавить в неё лавровый лист и 3-4 горошины чёрного перца. По одному опускать вареники в воду и сразу помешивать чтоб они не пристали ко дну. После того как вареники всплывут, варить их 5-10 минут ориентируясь на толщину теста.

Приготовить поджарку из лука на подсолнечном масле и полить ею готовые вареники.

Подать вареники с капустой можно и со сметаной.

Приятного аппетита!

### В библиотеке "ДЕДО И БАБА" новая книга - бестселлер Волков Сергей «Чингисхан» книга вторая

Серебряный конь ведет Артема Новикова и профессора Нефедова через ледники и перевалы Гиндукуша. По пятам за ними следуют люди Надир-шаха, горящие желанием отомстить за своего хозяина. Свистят пули, грохочут лавины, пустынные демоны жаждут человеческой крови и получают ее сполна. Отбившись от врагов, Артем и профессор попадают к загадочным махамдам, живущим в недоступной горной долине. Там Новиков влюбляется в красавицу Телли, дочь вождя. Благодаря своему таланту стрелка Артем спасает махамдов от банды кашгарских контрабандистов. Он хочет остаться с Телли, но воля Чингисхана побуждает его продолжить путь. Блуждая по чужим землям, Артем и Нефедов оказываются в долине, где время остановилось. Здесь живут бок о бок древние скифы и офицеры русской Белой гвардии, воины Александра Македонского и китайские солдаты армии Чан Кайши. Таинственный хроноспазм крадет четырнадцать лет жизни Артема и, чудом выжив в лабиринте аномальных зон, он оказывается в России 1994 года. Новиков не узнает своей страны.

## ♥ ЗДОРОВЬЕ

<https://www.krls.ru>



### СПОРЫШ (ГОРЕЦ)

При мочекаменной болезни рекомендуют принимать настой спорыша (травы горца птичьего). Это растительное лекарственное средство обычно используют в комплексной терапии в качестве средства, способствующего отхождению мелких конкрементов (камни, плотного образования). Сочетание биологически активных веществ (флавоноидов, кремниевой кислоты, аскорбиновой кислоты, витамина К и др.) позволяет ему противодействовать образованию уратов – мочевых камней. Противовоспалительные, вяжущие и антибактериальные компоненты помогают улучшить состояние больного при движении камней.

**Народные названия:** спорыш, гусиная травка, травка-муравка, топтун-травка.

**Описание:** собой однолетник с распростертоветвистым или приподнимающимся стеблем. Листья мелкие, от эллиптических до линейно-ланцетных, короткочерешковые; стебель узловатый, в узлах заметны мелкие беловатые пленчатые раструбы; цветки мелкие, по 2-5 в пазухах листьев; плод узкотрехгранный орех.

**Состав:** Основные действующие вещества спорыша — флавоноиды, основными из которых являются авикулярин и кверцитрин; соединения кремневой кислоты; витамины С, К и другие биологически активные вещества.

**Фармакологическое действие:** Трава спорыша повышает диурез, выводит с мочой избыток ионов натрия и хлора, увеличивает фильтрацию в почечных клубочках; уменьшает обратную резорбцию в почечных канальцах; препятствует образованию мочевых камней, уменьшая степень кристаллизации минеральных солей. Обладает антиоксидантным, незначительным гипотензивным действием. Оказывает вяжущее, противовоспалительное, антимикробное действие; уменьшает воспаление слизистых оболочек желудка и кишечника; подавляет бактериальную флору. Водное извлечение из травы спорыша повышает свертываемость крови; оказывает кровоостанавливающее действие; уменьшает проницаемость капилляров; повышает сократительную активность гладкомышечных органов, главным образом матки и сопротивляемость организма; стимулирует фагоцитоз; оказывает иммуностимулирующий эффект.

· Название происходит от латинского *avicula* — «птичка».

В китайской народной медицине спорыш применяют в качестве жаропонижающего, противовоспалительного и противоглистного средства. Его используют также при тропической малярии и отеках различного происхождения. Врачи применяли спорыш как добавочное средство для лечения туберкулеза и получали удовлетворительные результаты (у больных улучшается аппетит, прибавляется вес).

**Состав:** Трава спорыша.

**Рекомендации по применению:** 1 чайную ложку (1,5-2 г) или 1 фильтр-пакет (1,5-2,0 г) заварить 1 стаканом (200 мл) кипятка, настоять 15 минут, процедить и принимать взрослым по 1/2 стакана 2 раза в день во время еды. Продолжительность приема - 1 месяц.

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



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





**15 признаков того, что с вашими детьми все в полном порядке:)**

1. Дома они плохо едят. Но в гостях их хвалят за отменный аппетит.

2. В будни вы не можете разбудить их в школу или в сад. Но стоит наступить долгожданым выходным, как, о чудо!, в 6.30 они уже выпались.

3. Они - лучшие в мире специалисты по всему. Все,

что ребенок нарисовал или смастерил, - бесспорный шедевр, который должен храниться на самом видном и почетном месте в квартире! Да-да, даже если это портрет одного из родителей, при взгляде на который взрослых бросает в нервную дрожь.

4. Дома вы с трудом справляетесь с их капризами. Но при воспитателях и учителях они – послушные ангелы.

5. Они терпеть не могут замечания, там более, если вы делаете их при посторонних. Но зато спокойно могут заявить при гостях: «Мама, ты, кажется, стала еще толще!».

6. Они просят хранить их секреты, вроде «не говори никому, где я спрятала зеленое стеклышко» и «обещаешь не говорить папе, что я случайно вылил его одеколон?». Но при этом в разгар многолюдного праздника могут сообщить собравшимся, что «папа забыл купить новые носки и пришлось надевать с дыркой на пальце».

7. Они не верят, что если быстро не уснут, то придет строгий полицейский и будет ругаться. А в том, что придут Дед Мороз и Зубная Фея, не сомневаются никогда. Кстати, предвкушая встречу с ними, они и не спят.

8. Они мирятся с тем, что у родителей нет денег на все игрушки мира. Потому все самое дорогое заказывают

Деду Морозу, который «делает деньги из снега, так что нечего волноваться!».

9. Они уверены, что если набор пластмассовых динозавров – это слишком дорого, то тогда хотя бы один маленький планшетик? Ну, пожалуйста!!!

10. Они болезненно реагирую на критику. Но в переполненном автобусе могут громко спросить маму: «Ты видела, какая огромная бородавка на носу у той тети в красном пальто? Как у ведьмы, да?».

11. Они ежеминутно нарушают правила. Но по отношению к маме и папе ведут себя, как мудрые учителя: «Мама, а ты глаза не испортишь? Уже два часа смотришь это кино про любовь!».

12. Утром они со слезами идут в садик. Вечером со слезами из него уходят.

13. На детской площадке они заводят «самых лучших друзей на всю жизнь» за какие-нибудь 15 минут. Чтобы еще через 15 минут рассориться с ними, не забыв сообщить, что это «НАВСЕГДА!!!».

14. Они любят бабушку и готовы проводить с ней дни напролет,... в том числе обсуждая, что из ее вещей, вроде красивой шкатулки с камушками или чашки с незабудками, достанется им после ее смерти.

15. Они хотят гордиться мамой и, окинув взглядом признанного стилиста ее скромные джинсы, просят прийти на утренник в чем-то красивом. А сами надевают на шапку уши зайца, на куртку – блестящие крылья бабочки, на шарф – самодельные бусы из огромных пластиковых сердечек.

**Анастасия Лепешова**  
<https://ponaroshku.ru>

## Дорогие Родители

### и начинающие художники!

В магазине Дедо и Баба в продаже появились книги из серии «Я - художник!»



Простые и удобные в использовании справочники по анатомии человеческого тела являются незаменимым пособием для художников, которые хотят реалистично изображать фигуру человека. Авторский текст писателя и художника Баррингтона Барбера сопровождается многочисленными полезными диаграммами, на которых показаны детали строения скелета и костей, мускулатурных слоев и особенностей рельефа всех частей тела. Раздел о теле в движении проиллюстрирован примерами работ великих мастеров – Микеланджело, Энгра и Рубенса.

**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](mailto:dedo55@mail.ru)**

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

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 990 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.