



# Дедо и Баба

№ 19 (619)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

3 - 9 мая 2021 г.

## ◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

### БАБУШКИН ПАСХАЛЬНЫЙ КУЛИЧ

#### Ингредиенты

Для опары:

Дрожжи свежие - 50 г

Вода - 100 мл

Сахар - 2 ст.л.

Мука пшеничная - 2 ст.л.

Для теста:

Молоко - 1.5 л

Яйца - 6 шт.

Масло сливочное - 250 г

Ванилин - 2 г

Лимон.цедрa - с 2-3 лимонов

Мука пшеничная - 3.5 кг

Сахар - 1.1 кг

Цукаты, изюм - 100 г

Соль - щепотка

Для глазури:

Яичный белок - 1 шт.

Сахарная пудра - 130 г

Лимонный сок - 1 ч.л.

Кондитер. посыпка - по вкусу

Калорийность 285 кКал

Время приготовления 5 ч.

#### Пошаговый рецепт

Рецепт этих пасхальных куличей очень давний и уходит корнями в российскую глубинку. Моя подруга пользуется им уже 30 лет, а перешёл он к ней от бабушки. Я пеку эти куличи второй год подряд и очень довольна этим рецептом. Чтобы кулич получился вкусным, покупайте для его приготовления самые свежие продукты.

У меня часто спрашивают можно ли заменить прессованные дрожжи на сухие. Я отвечаю: в этом рецепте, по словам моей подруги, нужны только свежие прессованные дрожжи, с сухими ни она, ни я не готовили. Если сами захотите рискнуть, пожалуйста, но мои рекомендации вы уже слышали.

Я обычно пеку на половину или на треть нормы, так как куличей получается много, а хочется ещё новый рецепт испытать. А теперь давайте готовить наши вкуснейшие бабушкины пасхальные куличи.

В миску всыпать 3 ст.л. муки. Довести до кипения молоко, отлить 1 стакан и влить его в муку горячим, хорошо растереть, чтобы не было комков. Остальное молоко остудить до тёплого состояния.

В другой миске приготовить опару: в тёплую воду раскрошить дрожжи, добавить 2 ст.л. сахара и 2 ст.л. муки. Оставить пока масса оживёт и поднимется. В остывшую заварную муку влить подошедшую опару, перемешать, дать подойти ещё раз, затем влить оставшееся молоко.

Добавить в смесь такое количество муки, чтоб получилось тесто как на оладьи. Тесто хорошо перемешать и убрать в тёплое место для подъёма в 2 раза.

В отдельной посуде взбить яйца с сахаром и ванилином, добавить мягкое сливочное масло. Всыпать в яичную смесь заранее подготовленный изюм (распаренный и высушенный), любимые цукаты, щепотку соли. Я ещё добавила цедру одного лимона (на третью часть теста). Смесь тщательно перемешать.

Когда тесто подойдёт, добавить в него смесь с цукатами и изюмом, перемешать по часовой стрелке.

Постепенно добавлять остальную муку.

Когда тесто станет густым и его трудно будет мешать лопаткой, переложить его на стол и делать замес руками, смазав ладони растительным маслом. Тесто выбивать до тех пор, пока оно начнёт отставать от рук, но лишнюю муку не сыпать.

Тесто снова оставить для подхода в 2 раза, переложив в миску и прикрыв полотенцем, 2 раза нужно тесто обмять, то есть увидите что поднялось - прижмите рукой и потом также ещё раз.

После 3-го подхода ещё раз вымесить тесто и уже можно раскладывать его по формам. Выкладывать нужно на треть формы. Дать тесту подняться в формах до самого верха, на это уйдёт 45 минут - 1 час, многое зависит от температуры. Я в этот раз ставила куличи на батарею.

Духовку разогреть до 180 градусов и печь куличи 30-40 минут. Маленькие у меня испеклись за 30 минут, те что побольше - за 40 минут. Готовность проверить деревянной шпажкой, она должна быть сухой. Куличи вынуть из духовки, аккуратно извлечь из форм и остудить на полотенце.

Для глазури взбить белок с лимонным соком, постепенно всыпать сахарную пудру. Сразу же нанести глазурь на поверхность куличей и посыпать посыпкой, можно также украсить цукатами.

Вкусные бабушкины пасхальные куличи готовы!

Поздравляю всех наших пользователей со Светлым Пасхальным Воскресеньем! Мира и добра всем! Счастливых пасхальных праздников!

## ☉ ЗДОРОВЬЕ

### РОДИОЛА РОЗОВАЯ (ЗОЛОТОЙ КОРЕНЬ)



Золотой корень или родиола розовая одно из самых таинственных лекарственных растений. Считается, что золотой корень был излюбленным средством врачевания у шаманов Алтая, который хранился в секрете. Делали это не для того, чтобы скрыть лечебные свойства золотого корня, а для того, чтобы этот дар природы не стал средством наживы, так как эликсиры сделанные с добавлением этого растения, стоили целое богатство.

Спиртовая настойка. Корни растения нужно хорошо промыть и высушить, после чего размельчить. Заполнить 3 банки сырьем, залить водкой или спиртом, поставить на 3 недели в темное место. Ежедневно лекарство нужно перемешивать. Настоявшуюся жидкость необходимо отфильтровать. Принимать до еды 2 раза в день по 15 капель средства, разбавленного кипяченой водой. Курс лечения составляет 3 недели. Повторить курс при необходимости можно после десятидневного перерыва.

Это лекарство рекомендуется принимать для улучшения потенции, укрепления иммунной системы, повышения работоспособности, лечения туберкулеза, сахарного диабета, неврастении, функциональных расстройств нервной системы, гипотонии, вегетососудистой дистонии. Препарат помогает при стрессах, хронической усталости, опухолях, нарушениях деятельности щитовидной железы, климаксе. Рекомендуется сочетать прием золотого корня с медикаментозными препаратами, назначенными врачом.

Чай. Размельчить золотой корень, 1 ч. л. заварить 250 мл кипятка, настоять около 40 минут. Пить в течение дня как обычный чай. Напиток обладает приятным вкусом, улучшает настроение, является источником бодрости, повышает физическую и умственную активность. Полезен такой чай при переутомлении и депрессивном состоянии. В напиток можно добавить мед...

Это только очень малая часть того, чем нам может помочь это растение, более подробно вы можете ознакомиться с возможностями его прочитав в интернете или приобретае специальные карточки лекарственных растений в магазине «Дедо и Баба».

Противопоказан при перевозбуждении; бессоннице; гипертонической болезни; деменции; лихорадочном состоянии; беременности; в период лактации; детском возрасте.

## ◆ УЧИМСЯ ЖИТЬ

## Родители в смартфоне: влияние на детей

В последнее время мы часто слышим, что цифровые технологии разрушают связи между людьми и способствуют социальной изоляции. По злой иронии, социальные сети позволяют нам виртуально общаться с людьми практически круглосуточно. Но, если мы проводим в виртуальном мире слишком много времени, мы попадаем в социальную изоляцию.

Если родители слишком увлечены электронными устройствами, это может плохо сказаться на их взаимоотношениях с детьми. Такие дети впоследствии тоже будут страдать от недостатка социальных навыков.

**Одиночество и изоляция создают риск для здоровья**

Чувство одиночества возникает вследствие нереализованной эмоциональной потребности. Оно отражает отсутствие эмоциональной связи, а не отсутствие других людей рядом. Именно поэтому мы можем чувствовать себя одинокими, даже находясь в толпе.

На самом деле, находясь среди людей, мы можем чувствовать одиночество в двух случаях. Во-первых, если мы находимся среди незнакомых людей и не склонны спонтанно общаться с людьми. В таком случае мы чувствуем одиночество, а не просто волнение, потому что ищем эмоциональной связи и не находим ее.

Во-вторых, мы можем чувствовать одиночество, если находимся рядом с семьей или друзьями, и все заняты своими мобильными телефонами, а не общением друг с другом.

Действительно, чрезмерная увлеченность электронными гаджетами может приводить к тому, что люди, даже находясь в компании, чувствуют себя одинокими. Сильнее всего это проявляется, когда на семейном празднике в честь дня рождения кого-то из членов семьи или по другому важному поводу все смотрят в свои смартфоны.

Чувство одиночества может быть реакцией на социальную изоляцию. Когда мы лишены возможности взаимодействовать с другими людьми, мы чувствуем себя одинокими. Раньше ребенок, чувствуя одиночество, выходил из своей комнаты и играл с другими детьми во дворе, в крайнем случае – дразнил брата или сестру или донимал родителей своими капризами. Ни у кого не было мобильных телефонов, а



компьютеры использовались только для игр.

В последние годы пользователи смартфонов не только разучились мыслить самостоятельно, во всем полагаясь на мобильный Интернет, но и потеряли свои социальные навыки. С каждым годом дети все реже играют и спонтанно общаются с родителями. Это связано с тем, что и те, и другие все больше времени проводят за своими смартфонами. Современные дети с ранних лет знают, какие возможности для общения дает мобильный Интернет. Они восхищаются новыми технологиями и не понимают опасностей, которые они влекут за собой.

**Современная молодежь – поколение одиночков?**

Многие из нас чувствовали одиночество в определенный момент своей жизни, некоторые склонны к такому чувству больше, чем остальные. Однако в результате недавних исследований ученые пришли к выводу, что молодые люди чаще чувствуют себя одинокими, чем люди среднего и старшего возраста. Они недостаточно играли и общались со сверстниками в детстве, будучи слишком увлеченными своими смартфонами. Кроме того, их родители тоже водили их на прогулки и на детские праздники, одновременно пролистывая ленту в социальных сетях.

Сегодня родители все чаще покупают электронные игрушки даже младенцам и дошкольникам. Это свидетельствует об их собственной одержимости электронными устройствами. Пока дети развлекаются нажатием кнопок, у родителей больше времени остается на свои смартфоны. Исследователи

обнаружили, что ситуации, когда родители учат уроки вместе с ребенком, и при этом отвлекаются на мобильные телефоны (например, отвлекаются на звонки), отрицательно влияют на успеваемость ребенка в школе.

Разумеется, в современном мире полностью игнорировать электронные устройства неразумно. Однако необходимо больше внимания уделять социальным потребностям каждого – от детей до людей пожилого возраста.

Возможно, одна из причин одиночества, которое испытывает современная молодежь, это то, что они – первое поколение, чьи родители не уделяли им должного внимания из-за электронных устройств.

До появления электронной почты и Интернет-форумов молодые мамы общались друг с другом по телефону. Однако они быстро понимали, что пока они разговаривают, могут случиться неприятности: ребенок может украсть конфеты со стола, смотреть телевизор, если ему это запрещено, устроить драку с братом и т. д. Так или иначе, разговоры по телефону не могли быть длинными, потому что собеседнице на другом конце провода тоже нужно было отходить от телефона.

Однако Интернет-технологии проникли в жизнь современных родителей так сильно, что отказаться от них стало сложнее. Чаты, форумы, интернет-магазины,

социальные сети – все это отнимает у родителей много времени. Если ребенку нужен родительский контроль, он может чувствовать себя одиноким, даже если родители находятся с ним в одной комнате и заняты своими смартфонами.

Недостаток контакта с родителями – главная причина одиночества, которую испытывает современная молодежь (так называемое поколение миллениалов). Они не общались со своими родителями столько, сколько предыдущие поколения. Поэтому и в общении со сверстниками они полагаются на электронные устройства вместо того, чтобы научиться реальному общению. Родителям стоит самим ограничить свое время, которое они проводят за экранами смартфонов, вместо того, чтобы запрещать смартфоны своим детям.

**Стоит ли во всем винить интернет?**

Влияние цифровых технологий на взаимодействие между людьми – это одна из причин «эпидемии одиночества». Но нельзя винить в ней только смартфоны или социальные сети. Мы много времени проводим, читая, комментируя или публикуя сообщения в социальных сетях. Наше мышление стало более быстрым, но при этом мы стали забывать об эмоциональной стороне общения.

Сегодня мы видим фотографию в профиле соцсети и решаем, хотим ли мы узнать этого человека лучше. Мы читаем информацию профиля (часто – поданную в лучшем свете) и предполагаем, каков этот человек в реальной жизни. Однако мы забываем, что отношения между людьми часто возникают по непостижимым причинам, когда мы встречаем кого-то в самых неожиданных местах (на вечеринке, в поезде и т. д.).

Социальные сети могут познакомить нас с миллионами новых людей, но только общение в реальной жизни позволяет знакомствам перерасти в дружбу или отношения. Никакие социальные сети этого дать не могут.

<https://childdevelop.ru>

Редактор В. Толстов.

**Учредитель и издатель: ИП Толстова - «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 «Трикол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 60 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.



**В магазине  
ДЕДО И БАБА  
Новое поступление  
очков!!!**