



Дедо и Баба

◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

ПРИПРАВА ИЗ КРЫЖОВНИКА С ЧЕСНОКОМ НА ЗИМУ

Ингредиенты

- Крыжовник - 200 г
- Чеснок - 40 г
- Укроп - 15 г
- Соль, сахар - по вкусу
- Калорийность 54 кКал
- Время приготовления 20 мин.

Пошаговый рецепт



Крыжовник - замечательная, вкусная и полезная ягода, мы привыкли есть её свежей, варить из неё компоты, кисели, джемы, варенья... А вот давайте попробуем приготовить острую приправу из крыжовника с чесноком на зиму (и не только на зиму). Удивительное сочетание, согласна! Но получается, паче чаяния, очень вкусно!

Итак, за мной, любопытные хозяйшкИ! Крыжовник, чеснок и укроп - вот всё, что нам понадобится. Ещё соль и сахар, которые мы добавим по вкусу, поскольку крыжовник бывает разной сладости.

Чеснок почистим, укроп промоем и нарежем. Крыжовник помоем, удалим плодоножки.

Сложим крыжовник, чеснок и укроп в блендер. Прокрутим 1-2 минуты. Немного посолим и добавим 0,5 ч.л. сахара.

Ещё пробьём блендером смесь полминутки, попробуем. Я добавила ещё 1 ч.л. сахара. Всё зависит от сладости крыжовника и ваших предпочтений.

Ещё раз прокрутим всё, буквально минуту, чтобы все вкусы смешались. Вот такая приправа у нас получилась.

Ароматная, вкусная, остренькая приправа из крыжовника с чесноком порадует вас и вкусом, и цветом, и ароматом! Я не удержалась и попробовала сначала просто с хлебушком..... а потом и с мясом))) Великолепный вкус приправы из крыжовника с чесноком замечательно подходит к мясу. Непременно попробуйте! Сложите приправу в чистые (стерилизованные) небольшие баночки. Для хранения накройте баночки бумагой для выпечки, завяжите и храните в холодильнике. В таком виде приправа хранится примерно месяц. Для долгого хранения закрутите баночки прокипяченными крышками.

Приятного аппетита! Готовьте на здоровье!

В библиотеке «ДЕДО И БАБА» новая книга - бестселлер Чарлз Мартин «Ловец огней на звездном поле»

Чейз Уокер всю жизнь разыскивал своего настоящего отца, но его попытки так и не увенчались успехом. Когда волей случая ему приходится принять участие в судьбе Майки, десятилетнего сироты, найденного возле железной дороги, Чейз решает, что не в силах смириться с тем, что еще одно детство загублено, и берет ребенка на воспитание. Неожиданно этот поступок приоткрывает завесу и в его собственной истории. Распутывая загадки прошлого, Чейз следует опасной дорогой. Но есть ли что-то или кто-то, способный ему помешать?



☉ ЗДОРОВЬЕ

КОСТЯНИКА



В тибетской медицине (предпочтение отдается растениям с листьями, сплошь покрытыми пятнами ржаво-бурого цвета) отвар, настойка - при неврастении, неврите, как жаропонижающее. В народной медицине - при стенокардии, головной боли, гинекологических заболеваниях, геморрое, эпидидимите, нарушениях обмена веществ, почечно-каменной болезни, острых респираторных заболеваниях, подагре и бленнорее. Отвар - при гастритах, колитах, холециститах. Побего (бесплодные). В народной медицине отвар - при в последствии родовых кровотечениях, белях, задержке менструаций, расстройствах нервной системы, заболеваниях органов дыхания, болях в области сердца; наружно (в виде компрессов) - при ревматизме, подагре. Листья. Отвар - при желудочно-кишечных заболеваниях, грыже. Цветки, листья. В народной медицине настой - при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, геморрое, бронхите. Цветки. Настой, настойка - при цинге, геморрое. Плоды. При желудочно-кишечных заболеваниях и как противоглистное. Настойка (наружно) - при заболеваниях глаз. Сок - при гастритах, колитах, простуде, бронхитах.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ФОРМЫ, СПОСОБ ПРИМЕНЕНИЯ И ДОЗЫ
Настой цветков и листьев костяники: 20 г сырья заливают 200 мл кипятка, настаивают 4 ч, потом процеживают. Принимают по 1/4 стакана 3-4 раза каждый день. Отвар травы костяники: 10 г сырья заливают 200 мл воды, кипятят 10 мин, настаивают 2 ч, потом процеживают. Принимают по 1/4 стакана 4 раза каждый день.

Чаще всего употребляют ягодный сок и различные отвары из листьев растения. Имеет костяника свойства протистоцидного и антицинготного характера. Для этих целей следует принимать сок из этих ягод. Полезен такой сок и при малокровии, анемиях. Сок из плодов растения значительно улучшает обмен веществ, отлично выводит из организма токсины, укрепляет стенки сосудов и уменьшает количество холестерина....

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

Вред костяника может принести людям с индивидуальной непереносимостью продукта. Других противопоказаний обнаружено не было.

ВЛИЯНИЕ ТЕЛЕВИДЕНИЯ НА ДЕТЕЙ

Продолжение. Начало в №25

Негативное влияние телевидения на ребенка

Просмотр телепрограмм может иметь на ребенка и негативное влияние. Рассмотрим главные недостатки телевидения для детей.

1. Телевидение крадет время

Дети, которые проводят перед телевизором слишком много времени, могут упустить возможности, которые им предоставляет жизнь. Уделяя слишком много внимания просмотру телепрограмм, ребенок тратит драгоценное время, которое мог бы посвятить более важным делам: общению с друзьями, выполнению домашних заданий, играм на улице и т. д.

2. Недостаточно развитые языковые и социальные навыки

Вам может показаться, что данный пункт противоречит тому, что было сказано по поводу преимуществ телевидения. Но телевидение действительно вредит детям до двух лет. В этом возрасте мозг ребенка развивается. Ребенок развивает социальные и эмоциональные навыки. Проблема в том, что телевизор, в отличие от людей, не улыбается, не разговаривает и не взаимодействует с ребенком. В этот период он уязвим, поэтому телевидение влияет на психическое состояние ребенка. Даже в более позднем возрасте излишнее время перед экраном может ограничивать социальное взаимодействие ребенка. В долгосрочной перспективе это может негативно повлиять на его языковое и социальное развитие.

3. Телевидение плохо влияет на творчество и воображение ребенка

Если ребенок постоянно смотрит телевизор вместо того чтобы играть на улице и исследовать реальный мир, он не сможет хорошо развить свое воображение. Дети, привыкшие смотреть телевизор, не могут стимулировать свое воображение, самостоятельно формулировать идеи. Они пассивно потребляют, а не создают.



4. Невозможность сконцентрироваться

Дети, которые ежедневно проводят перед экраном 2-3 часа и больше, часто в школе страдают от дефицита внимания. У таких детей существует большая вероятность развития синдрома дефицита внимания с гиперактивностью. Ребенок не может концентрировать внимание и сосредотачиваться. Это касается не только учебы, но и спорта, и других сфер. Ребенок может не хотеть участвовать в занятиях творчеством.

5. Низкая продуктивность

Продуктивность – это ключ к достижениям в жизни. Если ребенок постоянно смотрит телевизор и ничего не делает для достижений в учебе, социальной или эмоциональной жизни, он напрасно тратит свое время.

6. Лишний вес

Дети, которые слишком много смотрят телевизор, подвержены риску развития ожирения и других проблем со здоровьем. Часто привычка проводить все свободное время за экраном продолжается у ребенка и в подростковом возрасте.

7. Проблемы со зрением и сердечно-сосудистые заболевания

У ребенка, который злоупотребляет просмотром телепрограмм, может развиться т. н. «синдром ленивого глаза». Оно заключается в размытом или ослабленном зрении, которое нельзя исправить с помощью очков или линз. Злоупотребление телевидением также приводит к низкой физической активности и малоподви-

ному образу жизни. Это может повлиять на сердечно-сосудистую систему и мозг. Впоследствии это может привести к сердечно-сосудистым заболеваниям и сужению артерий.

8. Плохое поведение

Согласно исследованиям, чрезмерный просмотр телепрограмм может изменить структуру мозга и спровоцировать негативное поведение, особенно насилие и агрессию. Дети, которые смотрят программы, не подходящие им по возрасту, больше других подвержены такому риску.

9. Проблемы с самооценкой

Телевидение дает детям искаженное представление о мире. Передачи, в которых показывается идеальная жизнь, может снижать самооценку ребенка

10. Эмоциональные изменения

Дети, смотрящие телепередачи, в которых освещаются такие темы, как секс, наркотики, злоупотребление алкоголем и т. д., становятся эмоционально уязвимыми. Они слишком маленькие, чтобы правильно понять эти проблемы, поэтому могут получить искаженное представление о реальности и подвергнуться психологическому влиянию.


11. Плохая успеваемость

Если ребенок слишком много времени проводит за просмотром телепрограмм, он меньше занимается другими делами. Иногда дети даже пропускают уроки или не делают домашние задания из-за того, что смотрят телевизор. В конечном итоге это плохо сказывается на их успеваемости.

12. Расстройства обучения

Чрезмерный просмотр телепрограмм может вызывать ряд проблем: от недостаточно развитых навыков слушания и творческих навыков до нарушений мелкой моторики. Это происходит тогда, когда ребенок не проявляет умственную и физическую активность. Если у ребенка развивается синдром дефицита внимания с гиперактивностью, он не может сосредоточиться на учебе.

Продолжение следует.



**В магазине
ДЕДО и БАБА**
широкий выбор вышивок

Вот и наступило лето, дети вышли на каникулы.
Сейчас самое время приобрести для них интересные, красивые наборы для рукоделия... и отвлечь их от смартфона.

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

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.
 Рукописи не возвращаются.

Тираж 60 экз. Подписано в печать в среду, в 17-00.