



www.dedoibaba.ru

пос. В.Синячиха

Дедо и Баба

№ 33 (633)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

9 - 15 августа 2021 г.

◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

КАБАЧКИ В КЛЯРЕ С ЧЕСНОКОМ

Ингредиенты

Кабачки - 300 г
Мука - 60 г
Пиво светлое - 120 мл
Чеснок сушеный - 0,5 ч.л.
Соль и перец - по вкусу
Растит. масло - для жарки
Калорийность 148 кКал
Время приготовления 30 мин

Пошаговый рецепт

Кабачки в кляре с чесноком настолько вкусные, что готовы сразу делать еще одну порцию - первая сразу же уйдет на "Ура".

Подготовим продукты по списку.

Секрет этих кабачков в том, что кляр готовится на холодном, практически ледяном, пиве, и в кляр добавляется не свежий, а сушеный чеснок.

Кабачки желательно брать молоденькие, чтобы в них еще не было семян. Отрежем у кабачков кончики и затем каждый кабачок разрежем вдоль на восемь сегментов.

Теперь приготовим кляр. Для этого в миске смешаем муку и сушеный чеснок.

Всыпаем в муку соль и черный молотый перец.

Вливаем к сухим ингредиентам кляра ледяное светлое пиво. Быстро перемешиваем кляр.

Окунаем в кляр каждый брусочек кабачка и отправляем его в разогретое в кастрюльке растительное масло. У меня есть фритюрница, я использую ее. Обжариваем кабачки по 2-3 минуты с каждой стороны.

Готовые кабачки выкладываем на бумажное полотенце, чтобы избавиться от излишков масла.

Готовые кабачки в кляре с чесноком подаем горячими с любимым соусом или кетчупом. Приятного аппетита!



♥ ЗДОРОВЬЕ

ТУЯ



Профилактика ОРВИ (в том числе гриппа). 1 ст. ложку измельченной свежей хвои залейте 1/2 стакана водки, настаивайте неделю в темном месте, регулярно взбалтывая смесь, затем процедите. Принимайте настойку во время эпидемий гриппа и ОРВИ по 5 капель в ложке воды три раза в день через полчаса после еды.

Аденоиды у детей. В аптеках продается натуральный препарат - масло туи. Закапывайте это масло два-три раза в день по 2-3 капли в каждую ноздрю, после чего ребенку нужно немного полежать на спине, чтобы масло прошло к аденоидам.

Вазомоторный ринит. Закапывайте масло туи несколько раз в день по 2-3 капли в каждую ноздрю, действуя по такой схеме: лежа на спине, закапать масло в правую ноздрю - повернуть голову направо, через 30 секунд закапать в левую ноздрю, повернуть голову налево и полежать еще 30 секунд. При этом держите голову так, чтобы масло не вытекало. Повторяйте процедуру до обретения свободного дыхания.

Поскольку туя считается условно ядовитым растением, при внутреннем применении не превышайте указанную дозировку.

Артриты. 1 ст. ложку свежей хвои залейте стаканом кипятка, настаивайте в термосе в течение часа, процедите. Принимайте по 1/4 стакана настоя два-три раза в день за полчаса до еды. Курс - 3-4 дня при обострении процесса. Одновременно растирайте больные суставы настойкой хвои (рецепт приведен выше).

Цистит, простатит, аденома простаты. 3 ст. ложки измельченной свежей хвои залейте стаканом 70%-го спирта (водка в данном случае менее эффективна), так как извлекает меньше биологически активных веществ из растения), настаивайте две недели в темном месте, регулярно встряхивая смесь, затем процедите. Принимайте по 30 капель настойки в рюмке с водой два раза в день через полчаса после еды. Курс - 7-10 дней. При необходимости можно повторить еще один курс с недельным перерывом. Перед применением настойки посоветуйтесь с вашим лечащим врачом...

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».

Противопоказания: При беременности, эпилепсии, заболевании почек.

В библиотеке «ДЕДО И БАБА» новая книга - самая продаваемая в мире серия

Джек Кенфилд, Марк Виктор Хансен,
Марти Беккер и Кэрл Клайн
«Куриный бульон для души»
101 история о животных

Что придумал пес, который жил в доме с десятью детьми. Кошка пять раз заходила в горящий дом, чтобы спасти своих котят. Каким даром обладал трехлапый гепард. Как маленькая девочка с волком дружила. Иногда мы спасаем животных, а потом они спасают нас... И другие 57 поразительных историй, от которых вы не сможете оторваться.

Домашние питомцы привносят в нашу жизнь радость, любовь, игривость; они напрямую говорят с нашей душой. Этот сборник содержит трогательные, нежные, забавные и вдохновляющие истории о сильной связи между животными и людьми, жизнь которых они изменили.



ПОЧЕМУ ЗЛИТЬСЯ – ЭТО НОРМАЛЬНО И ДАЖЕ ПОЛЕЗНО

«Копить в себе злость – все равно, что пить яд и ожидать смерти другого человека». Эту цитату, которую приписывают Будде, сегодня используют очень часто. Принято считать, что злость – это токсичная эмоция, от которой нужно избавляться.

Даже ученые советуют избегать чувства злости. Исследования показывают, что злость может приводить к гипертонии и низкой чувствительности к обезболивающим средствам. Люди с психическими расстройствами, связанными с патологическим уровнем злости, более склонны к членовредительству и даже суициду.

Современная культура сильно связана с чувством злости. В Интернет-сообществах часто советуют отпустить чувство злости. Вероятно, вы и сами встречали цитаты типа: «Если кто-то может вас разозлить, это означает, что вы потеряли внутреннее равновесие», «Злость не решает никаких проблем. Она ничего не создает, но может многое разрушить» или даже «Злость – ваш самый большой враг. Держите ее под контролем».

Такое отношение к чувству злости означает, что мы не только боимся ее, но и



осуждаем ее проявления, считая признаком слабости. Наши представления о чувстве злости становятся предубеждениями: мы склонны считать злыми людей, которые не подавляют данное чувство. С другой стороны, мы считаем людей, которые сдерживают чувство злости, воспитанными, умными и в определенном смысле образцовыми людьми. Однако такое понимание злости является неправильным. Злость – это не модель поведения, а эмоция.

Злость – это эмоция, а не модель поведения

Злость – это нейрофизиологическая реакция организма на угрозу. Мозг (в

частности, миндалевидное тело) посылает сигнал телу, приводя его в состояние полной готовности. В кровь выбрасываются гормоны адреналин и кортизол, учащается пульс, мышцы приходят в тонус. Внимание человека, испытывающего злость, сконцентрировано и сужено. Лицо человека принимает характерное выражение, которое служит окружающим предупреждающим знаком.

В психологической литературе злость не ассоциируется напрямую с агрессивным поведением. Злость – не то же самое, что агрессивное поведение, ненависть или насилие. Агрессия – это модель поведения человека, а злость – это чувство.

Хотя чувство злости в отдельных случаях и может приводить к агрессивному поведению, это происходит не всегда. Человек может испытывать злость, например, из-за того, что кто-то влез перед ним в очереди, но при этом не совершать никаких действий.

И наоборот: человек может наносить кому-то вред, не испытывая при этом злости. Например, люди, совершающие преступления на сексуальной почве, могут хладнокровно и расчетливо выслеживать и преследовать своих жертв.

Разница между злостью и агрессией существенна. Злость – это физиологическая реакция организма, которая сформировалась в результате эволюции и возникает неосознанно.

Агрессия – это модель поведения, которая возникает по воле человека. Когда мы поймем это, мы сможем уважать чувство злости, даже если осуждаем насилие и агрессивное поведение.

Злость – это важное и полезное чувство

Наш мозг использует чувства для того, чтобы привлечь наше внимание, когда происходит что-то важное или когда проблема требует немедленного решения. Страх предупреждает нас об опасности, грусть мотивирует нас искать поддержку, радость заставляет нас продолжать делать то, что заставляет нас чувствовать себя хорошо.

То же самое касается и чувства злости. Оно сообщает нам о том, что происходит нечто несправедливое или что мы должны принять меры для того, чтобы выжить.

Человек может нападать на другого, обманывать, запугивать или унижать, не испытывая при этом злости. Но если жертва такого поведения тоже не испытывает злости, она продолжает терпеть несправедливость по отношению к себе.

Поэтому чувствовать злость – это нормально. Так наш мозг обеспечивает нашу безопасность. Когда мы чувствуем злость, мы должны проанализировать, что ее спровоцировало, оценить реальные факты и решить, как лучше действовать в этой ситуации. Однако, как бы мы в конце концов ни поступили, мы всегда имеем право чувствовать злость.

Продолжение следует.

**В магазине
ДЕДО И БАБА**
широкий выбор вышивок
Вышивка - это лучшее средство для
для развития внимания и
успокоения нервов.



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 «НЕВЕСТНИК». Отпечатано в офисе «Триол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки. Рукописи не возвращаются.

Тираж 60 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.