



www.dedoibaba.ru

№ 32 (528)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

пос. В.Синячиха

# Дедо и Баба

5 - 11 августа 2019 г.

## ◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

### ЖАРЕННЫЕ КАБАЧКИ НА ЗИМУ

#### Ингредиенты

На банку 1 л:

Кабачки или цукини - 2 штуки/600 г

Оливковое масло - 0,5 стакан

Вода - 1 стакан

Лимонный сок или фруктовый уксус - до 50 мл

Чеснок - 2-3 зубчика

Перец чили - по вкусу

Ароматные травы - по вкусу

Соль - 1 ч.л.

Сахар - 1-1,5 ч.л.

Калорийность 108 кКал

Время приготовления 15 мин.

#### Пошаговый рецепт

Кабачки для этой заготовки можно пожарить на обычной сковороде, запечь на противне в духовке, но особенно эффективно и симпатично в полосочку получается, если воспользоваться сковородой-гриль.

За основу взят рецепт из журнала Джейми Оливера "Jamie". В качестве специй предлагалось использовать: чеснок, чили, тимьян, майоран и мяту. Чеснок и чили я оставила, а остальные травы заменила смесью прованских трав в количестве примерно одной чайной ложки.

Для приготовления жареных кабачков на зиму подготовьте ингредиенты по списку. Кабачки или цукини лучше использовать молодые небольшого размера.

Нарежьте кабачки кружочками толщиной примерно 1 см. Сбрызните или смажьте их оливковым маслом.

Обжарьте кружочки кабачков на сковороде с обеих сторон примерно по три минуты.

Для маринада соедините воду с лимонным соком, нашинкованным чесноком, крупными кусочками перца чили, солью, сахаром, сухими ароматными травами (прованскими или другими по вкусу). Оливковое масло можно влить сразу и довести все вместе до кипения, либо влить его уже после закипания. Варите маринад при слабом кипении пару минут.

Подготовленные кабачки сложите в стерильные банки.

Залейте их горячим маринадом и закатайте.

Жареные кабачки на зиму готовы.

Храните закуску из жареных кабачков в прохладном месте.

Приятного аппетита!

### В библиотеке новая книга - бестселлер

#### Пол Янг «Хижина»

26 издательств отказались от рукописи "Хижина". 27-е рискнуло и уже за 1-й год продало 5 000 000 экземпляров! Книга - феномен в истории книгоиздательства. Семейный турпоход закончился трагедией: у Мака пропала младшая дочь. Вскоре в орегонской глуши, в заброшенной хижине, было найдено свидетельство ее вероятной гибели от рук маньяка. Четыре года спустя так и не смирившийся с утратой отец получает подозрительное письмо, якобы от самого Господа Бога, с советом посетить ту самую лагу. После долгих колебаний Мак решает на путешествие, которое вдребезги разобьет его представления о природе вещей...

## ♥ ЗДОРОВЬЕ



### ВИТАМИННЫЙ ЧАЙ

**Основные показания:** Нарушения обмена веществ. Снижение работоспособности. Упадок сил.

**Состав:** плоды шиповника, плоды черноплодной рябины, плоды рябины обыкновенной, лист смородины, лист крапивы, трава зверобоя, плоды калины.

#### Влияние лекарственных трав, входящих в сбор:

Шиповник - относится к поливитаминным препаратам, а также обеспечивают: Бактерицидный эффект (лечение раневых поверхностей, инфекционных воспалительных процессов); Желчегонное, мочегонное действие (умеренное); Улучшение свертываемости крови; Противосклеротическое действие; Тонизирующий эффект; Ускорение регенерации тканей, в т.ч., костной; Улучшение пищеварения; Активацию работы надпочечников; Уменьшение проницаемости стенок сосудов; Нормализацию углеводного и минерального обмена; Увеличение кислотности желудочного сока.

Трава зверобой - устраняет депрессию; способствует регенерации тканей; обладает выраженным желчегонным действием; способствует выведению лишней жидкости из организма; имеет обезболивающее воздействие; является противоглистным средством; способен избавлять от алкогольной зависимости; отличный антисептик.

Плоды черноплодной рябины ягоды - полезны как профилактическое средство при болезнях сосудистой системы; снижается артериальное давление; ягоды служат профилактическим средством от атеросклероза, тромбозов, тромбоза, варикоза; полезные вещества ягод расщепляют и выводят из организма холестериновые бляшки, способствуют снижению риска развития инфаркта; благодаря рябиновому соку разжижается кровь, усиливается циркуляция, происходит очищение и обогащение кислородом, что благотворно влияет на работу всего организма; отвары помогают выводить излишнюю желчь; ягоды в свежем виде или сок выводит избыток жидкости, в результате снижается отечность конечностей; черноплодная рябина очень полезна для диабетиков, так как содержащийся в ягодах сорбит стабилизирует количество сахара в крови и исключает его повышение; помогают плоды и при проблемах со сном, симптомах тревожности, неврозах.

Листья смородины - поливитаминное средство, содержит большое количество витамина С, обладают общеукрепляющим и тонизирующим действием, улучшают пищеварение.

Плоды рябины красной - содержат целый комплекс витаминов и минералов, оказывают мочегонное и желчегонное действие, благотворно влияют на работу желудочно-кишечного тракта, его микрофлору.

Листья крапивы - обладают общеукрепляющим действием, усиливают деятельность сердечно-сосудистой системы, активизируют обмен веществ.

Плоды калины - успешно применяют при лечении заболеваний сердца, сосудов, органов дыхательной и пищеварительной системы. Ягодами калины лечат нервные расстройства, простуду, они помогают в случае воспалений.

**Способ применения:** 1 фильтр-пакет (2 г) залить 1 стаканом (200 мл) кипятка, настоять 15 минут, отжать, довести объем полученного извлечения до 200 мл. Принимать взрослым по 1 стакану 1 раз в день во время еды.

**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 болезней. 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 газет, или вы, придя в наш магазин, можете прочитать описание на коробочке чая. Мы выбрали для вас в основном пакетированный чай.*

*Чаи 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 магазин ДЕДО и БАБА,  
Тритол-5, Тритол-13, Тритол-14  
новое поступление очков!**



## ◆ СЕМЬЯ

## ПОСТУПИТ — НЕ ПОСТУПИТ

Паника детей и родителей «сдаст — не сдаст», «поступит — не поступит» усиливается к лету. Высшее образование стало очередной точкой на жизненном пути ребёнка, без которой, кажется, невозможно представить себе... хорошего родителя. Хороший родитель должен уверенно сказать: я сделал всё, чтобы мои поступили куда надо.

Хотя сегодня всё больше говорят о формальности высшего образования. Мир развивается настолько быстро, что многие знания за четыре-шесть лет устаревают. И поэтому всё в большем количестве специальности необходимы умения, а не диплом.

Для многих сегодняшних подростков университет становится годами продолжения детства: многие идут учиться, совершенно не понимая, кем они хотят быть в дальнейшем, чему хотят



научиться. Это такое пространство вроде «Камеры хранения подросших детей». Ходят туда, пока не поймут, что хотят от жизни или не получают «корочку».

Многие никогда потом не показывают «корочку». Образование в отличие от работы — продолжает опыт инфантильности. Нотония — постоянное удлинение детства человека, в которой развивается творчество, игра и наука. Некоторые так интенсивно включаются в

учебу, что совсем не успевают понять: «а что я хочу на самом деле». И разбираются с этим уже после института. Другие, поняв, что в университете ничего нового по сравнению со школой нет, сдаются на первом-втором курсе и бросают институт, пытаясь поискать лучшей доли.

Сейчас нарастает течение «анскулинг» — расшколавание: родители хотят избежать формального школьного образования и учить детей тому, что им кажется полезным для будущей жизни. Похоже, постепенно происходит «ануниверситетинг» — всё больше родителей стали задумываться о том, надо ли их ребёнку тратить несколько лет на то, что сегодня можно легко получить с помощью самообразования и реальных рабочих навыков. Не является ли наличие корочки лишь социальным атрибутом?

Можно ли это хорошее восполнить потом самостоятельно?

Зависит ли карьера от корочки диплома? Пока да, но зависит все меньше. Ясно, что всегда есть отдельные факультеты отдельных вузов, где спрос на выпускников очень велик. Если к такому

старту добавляется мотивация заниматься именно этим и высокий социальный интеллект, понятно, что карьерный рост обеспечен.

Но часто мы сталкиваемся с противоположным случаем. Поступил молодой человек даже в самый престижный вуз, но не идет его учеба и не радует. Даже если он закончит этот вуз и пойдет работать по этой специальности, то ни карьеры ни самореализации не видать. Если бросит и найдет после многих попыток себя в другом, то это может стать спасением. А если останется там же, скорее его профессиональная жизнь превратится в рутинное и скучное болото. Часто сопротивление учебе — это здоровая реакция психики на то, что выбрана не та дорога. Поэтому родителям важнее беспокоиться не о корочке, а о счастье ребенка, поддерживая его и в учебе, и в том, чтобы оставить её, если душа к ней не лежит.

Иногда для высшего образования нужно созреть. Такая зрелая мотивация проявляется у тех, кто получает второе высшее образование. Например, для такой специальности как психолог должна созреть душа, нужен богатый жизненный опыт. Поэтому восполнить нехватку высшего образования не только можно, но и нужно. Вот только не для корочки, а для получения самого большого удовольствия познания мира и познания себя, а это есть большая часть самореализации.

**Анна Скавитина, психолог  
Фотография: Ольга Агеева**

## Дорогие родители!

В магазине Дедо и Баба в наличии  
имеются Альбомы по развитию речи  
для ваших детей

Данное пособие предназначено для развития связной речи и формирования лексико-грамматических представлений детей старшего дошкольного возраста. Выполняя игровые задания, ребенок научится логически и грамматически правильно строить высказывания, свободно составлять рассказы и пересказы, расширит словарный запас.

Пособие адресовано родителям будущих первоклассников. Интересно оно будет и специалистам дошкольных образовательных учреждений.

Комплексная система занятий по развитию речи.

**Школа уже не за горами!**



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 «Трипол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 990 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.