



◆ **КУХНЯ**

<http://iamcook.ru>

Варенье-пятиминутка из калины красной с косточками на зиму

Нехлопотное варенье из калины готовится быстро, без трудоемких манипуляций с отделением косточек и жмыха. В составе много сахара и заготовку удобно использовать как насыщенный по аромату и очень сладкий концентрат для напитков, прочих надобностей.

Если собираетесь хранить не в холодильнике, закрывайте герметично, количество сахара-консерванта (1 к 1) обеспечит сохранность ягоды в прохладной затемненной кладовой. Срок годности для подобных заготовок стандартный — 1 год.

Ингредиенты

Калина - 400 г

Сахар - 400 г

Получается около 650 мл

Калорийность 212 кКал

Время приготовления 10 мин.

Пошаговый рецепт

Для приготовления варенья-пятиминутки из калины красной с косточками на зиму возьмите калину и сахар, а также стерилизованную тару.

Выбирайте спелую, даже подмороженную ягоду. Снимите с веточек, промойте, удалите мусор.

Частично ягоды раздавите, пустите сок. Повторю, процеживать, отделять косточки, жмых не нужно, в дело идет вся калина.

Добавьте сахар и поставьте на огонь.

Доведите до кипения. Уменьшив огонь, прокипятите пять минут. Если есть пена, снимите ее.

Расфасуйте варенье в стерильную тару, герметично закатайте.

Варенье-пятиминутка из красной калины с косточками на зиму готово. Используйте калиновое варенье с сахаром в качестве концентрата для морсов, компотов, самостоятельной подачи вприкуску с чаем. Приятного аппетита!



♥ **ЗДОРОВЬЕ**

ЛУК-БАТУН



Поскольку в луке содержится большое количество фитонцидов, с его помощью можно избавиться от весеннего гиповитаминоза, усталости и слабости. Также это отличное средство для профилактики сезонной простуды, улучшения настроения, памяти и аппетита, нормализации работы пищеварительной системы.

Экстракты, полученные с батуна, используют при производстве медикаментов, предназначенных для укрепления сосудов и восстановления нормального кровяного давления.

Листья применяют для лечения подагры и ревматизма, улучшения состояния при заболеваниях такого важного органа как печень и образовании камней в фильтре организма — почках, при гипертонии, гриппе. Продукт оказывает тонизирующее действие. Кроме того, это отличное средство для общего укрепления организма и нормализации уровня холестерина.

Батун используют в целях устранения болей, для обеспечения потогонного и кровоостанавливающего действия. Лук помогает восстанавливаться при переломах, дизентерии, подагре. Рекомендуется использовать его и при фурункулах, болезнях пищеварительного тракта (улучшает перистальтику и процесс образования слизи). Лук-батун ускоряет процесс лечения атеросклероза и аритмии, улучшает метаболизм, оздоравливает кожный покров.

Наибольшую пользу для организма продукт представляет после завершения зимы, когда многие страдают от недостатка витаминов. При ежедневном употреблении растения в количестве 150 г организм получает суточную норму аскорбиновой кислоты и витамина А, пятую часть суточной нормы калия, кальция...

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».

Избыточное употребление растения в пищу может привести к повышенной возбудимости нервной системы. Не рекомендуется злоупотреблять блюдами, приправленными луком батуну, людям, страдающим язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, панкреатитом и гастритом.

◆ АСТРОЛОГИЯ

www.nia.ru**Астролог назвала худшие черты каждого знака зодиака**

Писательница и эксперт по астрологии Кристина Шенвальд назвала худшие черты каждого знака зодиака. Она также отметила, что на них не стоит заикливаться. Однако знать о своих отрицательных сторонах все-таки необходимо, чтобы потом можно было решить для себя: меняться или нет, сообщает YourTango.

Из-за чрезмерной напористости и жажды власти **Овны** иногда становятся чересчур высокомерными и нетерпеливыми. Представители этого знака также любят спорить и терпеть не могут подчиняться.

С одной стороны, **Тельцы** – невероятно трудолюбивые и надежные, а с другой – ужасно ленивые, упрямые и неряшливые. Представители этого знака обожают деньги и всякие удовольствия, но при этом часто ничего не хотят для этого делать. Вредность и эгоизм – тоже отрицательные качества Тельцов. Например, на дороге, если из-за их медленной езды образуется пробка, они не ускорятся, а наоборот, продолжают движение

с такой же скоростью, а про себя еще посмеются над теми, кто не может их объехать.

Хотя некоторые говорят, что двойственная природа **Близнецов** симпатична и очаровательна, другие находят ее двуличной. А еще Близнецы часто бывают неорганизованными и нервными, и быстро теряют ко всему интерес.

Раки настолько сверхчувствительны, что окружающим их людям кажется, будто они идут по минному полю. Ведь никогда нельзя угадать, что расстроит представителей этого знака зодиака.

По словам Кристины Шенвальд, **Львы** – тщеславные, эгоцентричные люди, которые любят внимание к своей персоне. Они живут ради похвалы, а во время разговора задают вопросы только для того, чтобы вернуть собеседника к излюбленной теме – о себе.

Девы известны в сфере астрологии, как сверхкритичные перфекционисты. Самое удивительное отрицательное качество, которое есть у них, – это способность без конца вспоминать что-то неприятное из прошлого.

Эксперт утверждает, что **Весы** – фальшивые и поверхностные люди, а одобрение окружающих для них необходимо как воздух.

Требовательность, сдержанность и мстительность – вот три основные отрицательные качества **Скорпионов**. Представители этого знака сопротивляются переменам в жизни, а также цепляются за любой проступок (реальный или воображаемый), который, по мнению Скорпионов, обидел их. Умение прощать – тоже не про них.

Слово “всезнайка”, по всей видимости, придумали, чтобы описать **Стрельцов**, уверена Шенвальд. Представители этого знака прямолинейные и самоуверенные люди, из-за чего как никто умеют ранить других обидными словами.

Козероги только и делают, что паникуют и переживают, даже если им не о чем беспокоиться. Они также могут быть жуткими трудолюбивыми, а еще прекрасно умеют использовать людей, чтобы добиться своих целей.

Главная проблема **Водолеев** состоит в том, что они уверены: если будут холодными, отстраненными и странными с окружающими – им будет хорошо. Однако добиваются обратного эффекта – начинают чувствовать себя отчужденными.

Рыбы постоянно витают где-то в облаках. Поэтому часто сбивы с толку из-за того, что теряются между реальностью и своим воображением.

◆ ИСТОРИИ О ПОДЛИННОМ СЧАСТЬЕ

ИСТОРИЯ ОДИННАДЦАТАЯ

Тайна долгожительства занимала ум одного ученого-философа. Он начал писать огромный трактат на эту тему. Даже взял научный отпуск – раньше было такое. Поехал на юг, снял комнатку в беленской мазанке у древней старушки и погрузился в раздумья. И в чтение книг – он чемодан книг с собой привез. И в написание тезисов. Кропотливая долгая работа.

Ноутбуков не было тогда; книги, бумага, ручка... с утра до вечера он сидел и писал. А старушка топила печь, рубила дрова, готовила на летней кухне, кормила кур, коз, овец, носила воду, стирала, посуду мыла и полы, полола сорняки, поливала грядки, прибиралась в домике... И выглядела опрятно и аккуратно, в чистом платочке и в фартучке. Она за чаем рассказала, что ей 89 лет. И она пока собирается жить дальше – дел много еще на земле. Например, надо побелить домик.

Ученый посмотрел на старушку, встал на ослабшие от долгого сидения ноги, взял ведро и принялся разводить известь для побелки. И вообще стал помогать. Поливать, полоть, воду носить...

И вернулся здоровым и загорелым. В хорошем настроении. Привез вишни ведро и ведро помидоров – подарки от старушки. И потом написал книгу – о пользе движения и об активной жизни. А долголетие – это секрет и тайна.

Кому дано, а кому – нет. Но, чтобы чувствовать себя хорошо и не впасть в слабоумие, надо двигаться и быть активным, вот это он доказал. А книги тоже нужны; когда все вокруг чисто, опрятно, красиво, все накормлены – можно взяться за книги. Они тоже способствуют долголетию.

Эту историю ученый мне рассказал уже в глубокой старости. И выглядел он хорошо. Чего и нам всем от души желаю!

Анна Кирьянова

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 «Тритол».

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**

(ул. Октябрьская 20б)

широкий выбор самых нужных
и необходимых канцелярских
принадлежностей и товаров.Огромный выбор наборов для вышивки,
самое полное предложение мулине и
множество цветных схем для вышивки,
а так же много других полезных вещей!**НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ
ТРАВЯНЫХ ЧАЁВ и ОЧКОВ!!!**