



◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

Суп «Харчо» с курицей и рисом

Ингредиенты

Курица – 1 кг
Рис длиннозернистый - 100 г
Грецкие орехи – 10-12 шт.
Помидоры – 4-5 шт.
Картофель – 2-3 шт. (по желанию)
Морковь – 1 шт.
Лук репчатый – 3 шт.
Чеснок – 3-4 зубчика (по вкусу)
Кинза и петрушка - по 1 пучку
Корень петрушки - 1 шт.
Томатная паста – 1-2 (ст.л. (по необх.))
Ткемали – 2 ст.л.или лимон.сока
Вода – 3 литра

Специи:
Лавровый лист – 3 шт.
Соль – по вкусу
Молотый чер. и крас. перец – по вкусу
Душистый перец – 4-6 горошин
Кориандр молотый – 1-2 ч.л. по вкусу
Хмели-сунели – 2-3 ч.л. (по вкусу)
Чабер – по вкусу
Паприка – 1 ст.л.
Калорийность 68 кКал
Время приготовления 1 ч. 30 мин.

Пошаговый рецепт

Подготовьте ингредиенты по списку. Нарезьте курицу крупными кусочками. Традиционно, для бульона лучше всего выбирать кусочки курицы на кости – бульон получится более наваристым и вкусным. Поместите кусочки в кастрюлю и залейте холодной водой.

На среднем огне доведите воду до кипения, снимая образующуюся пену. На этом этапе воду (так называемый первый бульон) рекомендуется слить, а курицу залить свежей порцией холодной воды. Если в корме птицы содержались ненатуральные компоненты – мясо отдаст их в воду в первые несколько минут варки, и, заменив воду, вы получите более полезный бульон. Подготовьте овощи и травы для бульона. Надрежьте крест-накрест очищенную головку репчатого лука. Крупными кусочками нарежьте морковь. Вымойте зелень и отделите нижнюю часть пучка от верхней. Нижнюю часть (стебли и корешки) используйте для варки бульона, а листья - в дальнейшем приготовлении и украшении блюда.

Когда вода закипит и пенка перестанет образовываться на поверхности бульона, добавьте подготовленные стебли зелени, репчатый лук и кусочки моркови. А также специи - лавровый лист, несколько горошин душистого перца и обычного черного перца. По желанию, добавьте очищенный корень петрушки.

Доведите бульон до кипения, уменьшите огонь до минимального, так, чтобы бульон постоянно тихо кипел, и варите 35-60 минут. Чем дольше варится бульон, тем более наваристым и вкусным он получается, однако если времени нет – можно просто отварить до готовности курицы и приступить к дальнейшему приготовлению харчо.

Когда бульон готов – извлеките травы, овощи и мясо. Затем процедите бульон и снова доведите до кипения. На этом этапе можно добавить картофель. Для классического харчо картофель – компонент нетипичный, но мы изначально готовим нетрадиционный вариант блюда, поэтому, при желании, можем позволить себе и эту вольность. Если вам по вкусу более легкая версия блюда - просто пропустите этот этап и сразу переходите к рису.

Когда бульон с картофелем закипит и проварится 5 минут, добавьте рис. Рис предварительно тщательно промойте, 2-3 раза сменив воду, пока она не станет прозрачной. Добавив рис, снова доведите бульон до кипения и варите 20 минут (засеките время варки).

Пока варится рис, приготовьте зажарку. Разогрейте на среднем огне растительное масло, добавьте нарезанный репчатый лук и пассеруйте его на среднем огне 4-5 минут, периодически помешивая.

Тем временем отделите мясо от костей и нарежьте небольшими кусочками. Когда лук станет мягким, добавьте кусочки куриного мяса и, помешивая, обжарьте еще 1-2 минуты.

Затем добавьте специи – 2 ч.л. хмели-сунели, 2 ч.л. молотого кориандра, немного молотого красного перца, чабер, томатную пасту и несколько щепоток соли.

Надрежьте кожуру помидоров крест-накрест и поместите их на 1 минуту в кипяток. Затем очистите и мелко нарежьте. Добавьте (в сковороду) подготовленные помидоры и немного бульона (примерно 0.5 чашки). Тщательно перемешайте и потушите все вместе еще 7-10 мин.

За 5 минут до окончания варки риса добавьте подготовленную зажарку. Тщательно все перемешайте. Когда суп снова закипит, добавьте измельченные ножом орехи, молотую паприку, соль и молотый перец по вкусу. Также можно добавить ткемали или немного лимонного сока по вкусу – для кислой нотки. Я также добавляю домашнюю грузинскую аджику.

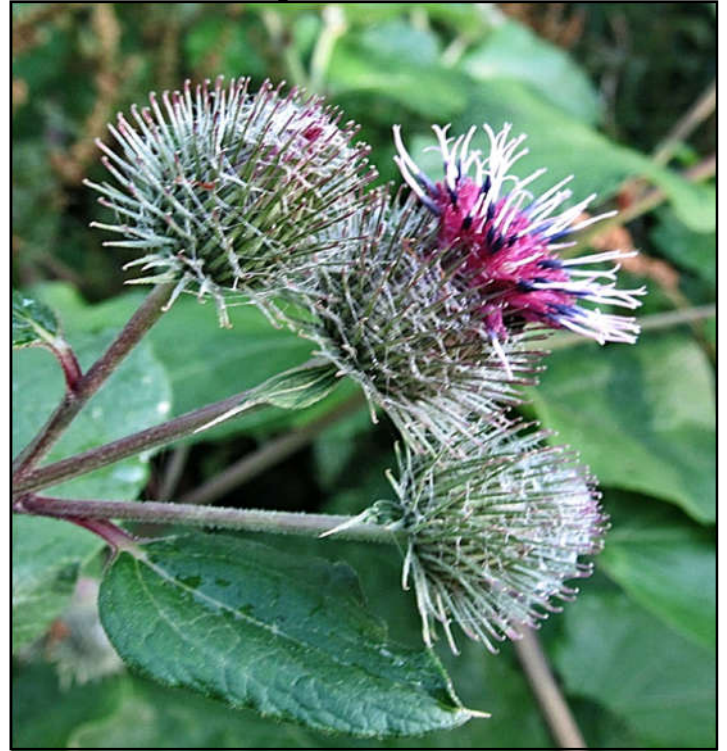
Выключите огонь и добавьте измельченный чеснок. Перемешайте суп, попробуйте и добавьте при необходимости еще соли и специй по вкусу.

Присыпьте суп нарезанной свежей зеленью, прикройте крышкой и дайте настояться еще 5-10 минут перед подачей.

Суп харчо из курицы с рисом готов! Приятного аппетита!

☉ ЗДОРОВЬЕ

Лопух большой



Настой и отвар корней лопуха применяют при гастрите, а также при экземе и нарушении обмена веществ. Листья лопуха применяют как желчегонное средство, а также при ожогах и ранах. Сок листьев применяется для выведения бородавок, при чесотке, хорошо заживляет раны. Для лечения геморроя и полипоза кишечника принимают настой или отвар травы.

- Отваром корня лопуха моют два раза в неделю голову для укрепления и роста волос. С этой целью применяют отвар корней лопуха на миндальном или оливковом масле, так называемое репейное масло, а также мазь, смешанную наполовину с жиром и выдержанную несколько часов в духовке (в печи).

- Репейное масло используют наружно как средство для укрепления и роста волос, при кожных заболеваниях (экзема, угри, фурункулез).

- Для промывания гнойничков на лице, а также против перхоти и выпадения волос применяют отвар из лопуха и татарника; по столовой ложке каждой из трав на стакан воды.

- Для лечения радикулита свежие листья лопуха обмыть водой, обварить кипятком и прикладывать к больному месту слоем из 5-6 листьев, сверху покрыть компрессной бумагой, наложить теплую повязку (повязывают теплым платком).

- Хорошее действие оказывает на волосы репейное масло, они укрепляются, перестают выпадать, лучше растут. Репейным маслом целесообразно смазывать сухие волосы для сохранения блеска и эластичности...

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

У некоторых лиц возможно возникновение аллергической реакции вследствие индивидуальной непереносимости препаратов лопуха

◆ **БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

П. Н. Воздвиженский

Авраам и его жена Сарра очень любили своего единственного сына Исаака и боялись, чтобы он не захворал и не умер.

Но Бог захотел испытать Авраама и, когда Исаак уже подрос, Господь сказал Аврааму:

— Авраам! Возьми своего единственного сына, Исаака, пойдти на гору, которую Я тебе покажу, и там принеси Мне его в жертву.

Авраам и жена его всегда слушались Бога, любили Его и всегда молились Ему. Они знали, что Господь никогда

ИСААК

ничего плохого не сделает и не потребует. Теперь Господь пожелал, чтобы они отдали Ему сына Исаака. Авраам послушался Бога, тотчас взял дров и Исаака и пошёл на указанную Богом гору. Дорогою Исаак спросил отца:

— Отец, вот у нас есть дрова и огонь, а где же агнец для жертвы?

Авраам ответил:

— Милый сын, Господь укажет нам жертву!

Пришли они на гору, Авраам сложил жертвенник, положил на него дрова, связал Исаака и уже поднял нож, чтобы принести его в жертву, как повелел Бог. Однако Господь вовсе не хотел лишить Авраама любимого сына; Он хотел только испытать, кого любит больше Авраам: сына своего или Господа Бога.

Жертвоприношение Авраама

Теперь было видно, что Авраам любит Бога больше, чем сына. И вот, в то время когда Авраам уже поднял нож, явился Ангел и громко сказал:

— Авраам! Не тронь отрока! Теперь Господь видит, что для Него ты не пожалел даже своего единственного сына. За такую любовь и послушание Господь благословляет тебя и даст тебе столько детей и внуков, сколько звёзд на небе и песка в море. И все народы земли благословятся через тебя.

Тут Авраам поблизости увидел барашка, который запутался рогами в щазе, и принёс его в жертву вместо Исаака.

Прошло время. Авраам был уже стар, а его жена Сарра умерла. Он похоронил её в земле Ханаанской и долго оплакивал. Теперь они с Исааком остались одни.

Однажды Авраам позвал старшего слугу и сказал ему:

— Пойди в ту страну, где живут мои родственники, и

выбери там невесту для моего сына!

Слуга взял подарки и на нескольких верблюдах отправился в путь. Долго ехал он. Наконец, пришёл на родину Авраама, остановился у колодца и начал усердно молиться. Он говорил так:

— Господи, сделай так, чтобы невеста моего господина Исаака сама вышла ко мне навстречу. Пусть девушка, у которой я попрошу напиться и которая напоит и меня, и моих верблюдов, и будет та, которую Ты, Господи, предназначил для Исаака!

Не успел он окончить молитву, как к колодцу подошла красивая девица, и слуга сказал ей:

— Прекрасная девица, позволь мне напиться воды из твоего кувшина!

Девушка отвечала:

— Пей, добрый человек, а затем позволь мне напоить и твоих верблюдов.

Эту услужливую и добрую девушку звали Ревекка, и она была дальняя родственница Авраама. Скоро Ревекка позвала к колодцу своего брата, и вместе они пригласили путешественника в дом своих родителей. Слуга Авраама рассказал им, зачем он приехал, и просил их отдать Ревекку в жены Исааку. Родители позвали дочь и спросили её:

— Хочешь ли ты быть женою Исаака и согласна ли идти с этим человеком?

Ревекка отвечала:

— Согласна.

Тогда посланный слуга передал родителям девушки богатые подарки и с невестою пустился в обратный путь.

Был прекрасный вечер. Исаак вышел прогуляться в поле. В это время он повстречал свою невесту, проводил её к отцу, и скоро она стала его женою.

◆ **ЛУЧШИЕ СОВРЕМЕННЫЕ ПРИТЧИ****Жил на Свете Человек**

Жил на Свете Человек. У него было три мечты: иметь высокооплачиваемую работу, жениться на красавице и прославиться на весь мир.

Однажды морозной зимой Человек спешил на собеседование в офис одной известной фирмы. Вдруг прямо перед ним упал пожилой мужчина. Человек посмотрел на упавшего, в голове возникла мысль, что тот, скорее всего, пьян и не подал руки. Это помогло не опоздать на запланированную встречу. Собеседование прошло неудачно: Человека не взяли на желанную должность.

Как-то Человек прогуливался летним вечером по городу. Заметив группу уличных артистов, он остановился, чтобы насладиться зрелищем. Зрителей было немного, но пьеса была весёлой и увлекательной. После окончания действия раздались аплодисменты, и люди стали расходиться. Наш Человек тоже повернул было назад, но кто-то несмело дотронулся до его плеча. Это была главная героиня пьесы, старушка-клоунесса. Она стала расспрашивать его о том, понравился ли ему спектакль, доволен ли он актёрами. Но Человек не захотел вести беседу и, брезгливо отвернувшись, пошёл домой.

Однажды дождливым вечером Человек спешил домой с дня рождения друга. Он очень устал, и в его голове пронеслись мысли о душистой ванне и уютной, тёплой постели. Вдруг он услышал чьё-то приглушенное рыдание. Это плакала женщина. Она сидела на скамье возле дома Человека. Без зонта. Одна. Заметив нашего героя, она обратилась к нему за помощью. У неё случилось несчастье в семье. И ей нужен был лишь душевный собеседник. Человек задумался, пред его взором предстали ванна и постель, и поспешил в подъезд.

Человек прожил не счастливую жизнь.

И умер.

Попав на Небеса, Человек встретил своего Ангела-Хранителя. Они качались на небесных качелях и беседовали.

— Ты знаешь, я прожил совсем несчастную и никчёмную жизнь. У меня было три мечты, но ничего не сбылось. Жаль.

— Хм... Друг мой, я сделал всё, чтобы все твои мечты претворились в жизнь, но для этого от тебя мне нужно было всего лишь: твоя рука, твои глаза и твоё сердце.

— Бог мой, и что же?

— Помнишь упавшего человека на скользкой зимней дороге? Тот человек был генеральным директором той фирмы, в которую ты так хотел попасть. Тебя ждала головокружительная карьера. Всё, что от тебя требовалось — твоя рука.

Помнишь старую клоунессу, которая после уличного представления пристала к тебе с вопросами? Это была юная красавица-актриса, которая влюбилась в тебя с первого взгляда. Вас ждало счастливое будущее, дети, неугасающая любовь. Всё, что от тебя требовалось — твои глаза.

Помнишь плачущую женщину возле твоего подъезда? Был дождливый вечер, и она насквозь промокла от слёз... Это была известная писательница. Она переживала семейный кризис, и ей очень нужна была душевная поддержка. Если бы ты помог ей согреться в своей квартире, согреться Душой благодаря твоим мудрым словам утешения, то она написала бы книгу, в которой она рассказала бы об этом случае. Книга стала бы известной на весь мир, и ты бы прославился, так как на главной странице автор указала бы имя того, кто стал музой этого произведения. И всё, что от тебя требовалось тогда — твоё сердце.

Ты был не внимателен, мой Друг...

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 «Трикол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 72 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.