



◆ **КУХНЯ**

<http://iamcook.ru>

Яичная запеканка как в детском саду

Вкусная яичная запеканка, которую делали в детском саду, отличается от омлета тем, что имеет более плотную структуру, что совершенно никак не отражается на ее вкусовых качествах. Более того, она очень нежная и буквально тает во рту. Яичная запеканка как в детском саду быстро готовится и при этом нравится абсолютно всем: и детям, и взрослым. Так что когда будете думать, что же приготовить на завтрак, то воспользуйтесь этим рецептом, тем более что для него нужно совсем немного продуктов.

Ингредиенты

Яйцо куриное - 4 шт.
Молоко - 180 мл
Масло сливочное - 5 г
Мука пшеничная - 1 ч.л.
Соль - щепотка
Калорийность 127 кКал
Время приготовления 30 мин.

Пошаговый рецепт

Продукты для яичной запеканки: яйца, молоко, немного сливочного масла, муки и соли.

Для приготовления запеканки из яиц как в детском саду мы будем использовать муку, но чтобы после ее добавления не образовались комочки, сделаем следующее: смешаем пшеничную муку с небольшим количеством молока от общего объема до однородной массы.

Затем разбиваем яйца в миску.

Добавим щепотку соли и хорошо размешаем вилкой.

Теперь добавляем муку, разведенную в молоке, и смешиваем.

После выливаем в яичную смесь все молоко и хорошо разбалтываем. Кстати, для яичной запеканки достаточно смешать вилкой все ингредиенты, а вот миксером взбивать даже нежелательно. И еще, чтобы проще было понять, как рассчитать количество продуктов для запеканки большего или меньшего объема, нужно запомнить простую пропорцию: на одно куриное яйцо берем 45 мл молока. Из этого количества продуктов получилось две большие порции яичной запеканки как в детском саду.

Форму, в которой будем запекать яичную запеканку, смазываем кусочком сливочного масла.

Выливаем смесь яиц и молока в форму и ставим ее в разогретую до 180 градусов духовку. Выпекаем запеканку примерно 20 минут, ориентируясь на свою духовку.

Готовая запеканка поднимется и зарумянится. Достаем ее и даем немного остыть.

После остывания можно нарезать на порции и подавать.

Из этого количества продуктов получаются три детских порции или две взрослых. Советую обязательно приготовить такую запеканку на завтрак или полдник. Это быстро, просто и вкусно!



☺ **ЗДОРОВЬЕ**

Незабудка полевая



Незабудка полевая используется в народной медицине и гомеопатии в виде отваров, настоев, чаев, сока и порошка из высушенной травы. Лекарственным сырьем являются все части растения. Так, отвар корней незабудки полевой применяют наружно для лечения глазных заболеваний. А настой травы применяют при заболеваниях органов дыхания, в частности при мучительном кашле, бронхите, кровохаркании, туберкулезе легких, сопровождающемся исхуданием и сильным ночным потоотделением. Крепкий отвар травы применяют при кожном зуде и сыпи, а также при сухой экземе. В этом случае делают примочки или готовят травяные ванны. Помогают такие примочки и при укусе скорпионов и змей. Порошок или сок незабудки полевой используют для лечения злокачественных опухолей половых органов или ротовой полости.

При туберкулезе кишечника используют настой незабудки полевой: 2 чайн. лож. сухого сырья залить стаканом воды (100°C), накрыть ёмкость крышкой и оставить настаиваться на 4 часа. По истечении этого времени процедить и принимать по стол. лож. (15 мл) 3 р./день. Это же средство замечательно помогает при повышенном потоотделении и кашле. Настой незабудки полевой для наружных обмываний: стол. лож. сухой травы залить 5 стак. воды (100°C) и поставить на водяную баню на 10 минут. Готовый отвар процеживают и оставляют настаиваться на 2 часа...

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».

Повышенная индивидуальная чувствительность, беременность, при обострении язвы желудка и панкреатита

◆ БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ ДЛЯ ДЕТЕЙ

П. Н. Воздвиженский

ИСТОРИЯ ИОСИФА

У Иакова, которому Бог дал имя Израиль, было двенадцать сыновей. Всех их любил отец, но больше всего любил Иосифа, за то, что он был кроток, послушен и всегда говорил правду. Однажды Иаков сшил для Иосифа красивое платье. Другие его сыновья, увидев это платье, рассердились, возненавидели Иосифа и ждали только случая, чтобы сделать ему какую-нибудь неприятность. Такой случай скоро представился.

Один раз старшие сыновья Иакова погнали стада на пастбище далеко от родительского шатра, а Иосиф остался дома. Отец говорит ему:

— Милый сын, походи проведай братьев, узнай, где они, и здоровы ли они.

Как послушное дитя, Иосиф тотчас отправился в путь. Долго ходил он по полям, пока не отыскал братьев. Но завистливые братья, увидев его издали, сказали меж собою:

— Вот идёт наш брат Иосиф, давайте убьём его!

Братья продают Иосифа

Один только старший встал против этого злого намерения и сказал братьям:

— Зачем убивать нам Иосифа, бросим лучше его в глубокий безводный ров!

Это он придумал для того, чтобы ночью прийти потихоньку от братьев и спасти Иосифа. Все согласились на это. Когда Иосиф подошёл, они схватили его, сорвали с него красивую одежду и бросили в тёмную яму. Едва успели они сделать это, как, смотря, проезжает мимо большой караван чужестранных купцов.

Тогда они решили иначе. Они сказали:

— Нехорошо нам оставить Иосифа в колодце, чтобы он

умер там без пищи, ведь он брат наш; не лучше ли продать его этим купцам?

Старшего брата здесь не было, а прочие обрадовались этой злой выдумке.

Они позвали купцов и говорят им:

— Купите у нас этого мальчика!

Те не отказались, заплатили деньги, а Иосифа увели с собою.

Горько плакал Иосиф и со слезами говорил:

— Милые братья, не отдавайте меня чужим людям, отпустите меня к моему дорогому отцу!

Но не послушали жестокие братья.

Когда Иосифа увели уже далеко, они разделили полученные деньги и забыли о нём.

В это время возвратился старший брат. Он узнал о злом, бессердечном поступке братьев, плакал и говорил им:

— Что же мы скажем теперь нашему бедному отцу?

Но остальные придумали следующее: они зарезали козлёнка, выпачкали его кровью одежды Иосифа, отнесли к отцу и сказали:

— Вот это мы нашли в пустынном поле!

Иаков узнал платье своего любимого сына. В страшной горести он разорвал на себе одежду и воскликнул:

— Нет больше моего милого Иосифа! Лютый зверь растерзал его! Нет моей радости! Буду плакать и скорбеть, пока не сойду в могилу!..

Сыновья видели слёзы и скорбь престарелого отца, но не могли и не смели утешить его, так как сами причинили ему это горе. А Иосифа купцы отвезли в Египетскую землю и продали в рабство. Добрый и

кроткий Иосиф усердно молился Богу, и Господь не забыл своего верного слугу, Он сделал его великим и знатным человеком.

Бог дал Иосифу большой ум и способность объяснять сны, и однажды он объяснил сны двум придворным египетского царя. Поэтому, когда и сам царь увидел странный сон, он велел позвать к себе Иосифа и сказал ему:

— Мне приснился сон, и вот никто не умеет объяснить, что этот сон означает. Мне снилось, что из реки Нил вышли семь коров, красивых и жирных, а за ними вышли ещё семь коров, худых-прехудых, и эти коровы бросились на первых и съели их. Потом, — продолжал фараон, — мне снилось ещё, будто выросли семь колосьев, полных зёрнами, а на другом стебле выросли семь колосьев совершенно пустых, и эти пустые колосья съели первых. Я слышал, что Бог дал тебе способность объяснять сны, скажи же, что означают они?

Иосиф помолился Богу и сказал царю:

— Семь тучных коров и семь полных колосьев означают, что в твоей земле будет семь лет обильного урожая. Хлеба будет столько, что люди не будут знать, куда и девать его. Семь коров тощих и семь колосьев пустых означают, что после урожая наступят семь лет голода. Не будет дождей, засохнут поля, и нигде не вырастет ни былинки. За эти семь лет люди съедят все запасы и могут умереть от голода. Поэтому выбери, государь, умного человека и прикажи ему сделать большой запас хлеба в урожайные годы.

Царь пришёл в восторг от ума Иосифа и воскликнул:

— На тебе Дух Божий! И могу ли я найти человека умнее тебя?

Он надел на Иосифа дорогую одежду, дал ему свой перстень и золотую цепь на шею и сделал его своим первым министром.

Этот фараон был очень добрый. Он любил всех своих подданных и не хотел, чтобы они страдали от голода. Нет несчастья и горя больше голода, когда ни людям, ни животным нечего кушать, и они едят кору с деревьев и вредные травы и умирают в страшных мучениях. В такую тяжкую пору умные и добрые дети, получая от родителей деньги на игрушки и на лакомства, не покупают ни лакомств, ни игрушек и отдают деньги на хлеб бедным.

Иосиф открывается братьям

Слова Иосифа исполнились. После урожайных годов наступил голод. В той земле, где жил Иаков, отец Иосифа, также не было хлеба, и братья Иосифа пришли в Египет за покупкою его. Продажею запасного хлеба заведовал Иосиф, и они обратились к нему, но не узнали когда-то проданного брата. Ведь теперь Иосиф был такой знатный и важный!

Однако Иосиф узнал их, и, когда они явились за хлебом вторично, он заплакал от радости, начал обнимать и целовать братьев и говорил им:

— Дорогие братья, я брат ваш Иосиф, которого вы когда-то продали. Братья очень испугались, что теперь Иосиф отомстит им за зло, которое они ему причинили. Но Иосиф успокоил их:

— Милые братья! То зло, которое вы мне сделали, Господь обратил в добро. Теперь я знатен и богат и могу спасти вас от голода!

Царь тоже узнал, что к Иосифу приехали братья. Он велел им привезти сюда своего отца Иакова и, когда он приехал, подарил ему прекрасную землю для жительствова.

Много лет Иаков не видел любимого сына, считая его погибшим, но теперь счастьем его не было предела, и скоро он со всем своим семейством переехал в Египет.

◆ ЛУЧШИЕ СОВРЕМЕННЫЕ ПРИТЧИ

БУЛОЧКА

Муж и жена прожили вместе 30 лет. В день 30-летия совместной жизни жена, как обычно, испекла булку — она пекла её каждое утро, это было традицией. За завтраком она разрешила её поперёк, намазала маслом обе части и, как обычно, подаёт мужу верхнюю часть, но на полпути рука её остановилась...

Она подумала: «В день нашего тридцатилетия я хочу сама съесть эту румяную часть булочки; я о ней мечтала 30 лет. В конце концов, я 30 лет была примерной женой, я вырастила ему прекрасных сыновей, была верной и хорошей любовницей, вела хозяйство, столько сил и здоровья положила на нашу семью».

Приняв это решение, она подаёт нижнюю часть булочки мужу, а у самой рука дрожит — нарушение 30-летней традиции! А муж, взяв булочку, сказал ей:

— Какой неоценимый подарок ты мне сделала сегодня, любимая! 30 лет я не ел свою любимую, нижнюю часть булочки, потому что считал, что она по праву принадлежит тебе.

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: 8-912-660-14-30. 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.