



◆ **КУХНЯ**

<http://iamcook.ru>

Винегрет без горошка (классический рецепт)

Винегрет - популярная закуска из овощей, подходит для постного и повседневного рациона.

Ингредиенты

Картофель - 2 шт.
Морковь - 1 шт.
Свекла - 1-2 шт.
Лук - 1 шт.
Солёные огурцы (мелкие) - 4-5 шт.
Растительное масло - 2-3 ст.л.
Соль, перец - по вкусу
Калорийность 60 кКал
Время приготовления 10 мин.

Пошаговый рецепт

Один из простейших и популярных салатов — винегрет — смесь вареных корнеплодов, соленых огурцов и репчатого лука, приправленная постным маслом. В классическом варианте готовят без горошка, капусты и некоторых других привычных овощей.

Пропорции можно менять, но, как правило, всех овощей берут примерно поровну, по желанию добавляют уксус или лимонный сок.

Для приготовления винегрета без горошка по классическому рецепту возьмите продукты по списку.

Заранее отварив, остудив, очистив, мелкими кубиками нарезаем морковь.

Подобным образом измельчаем картошку.

Также шинкуем репчатый лук.

Следом — соленые огурцы.

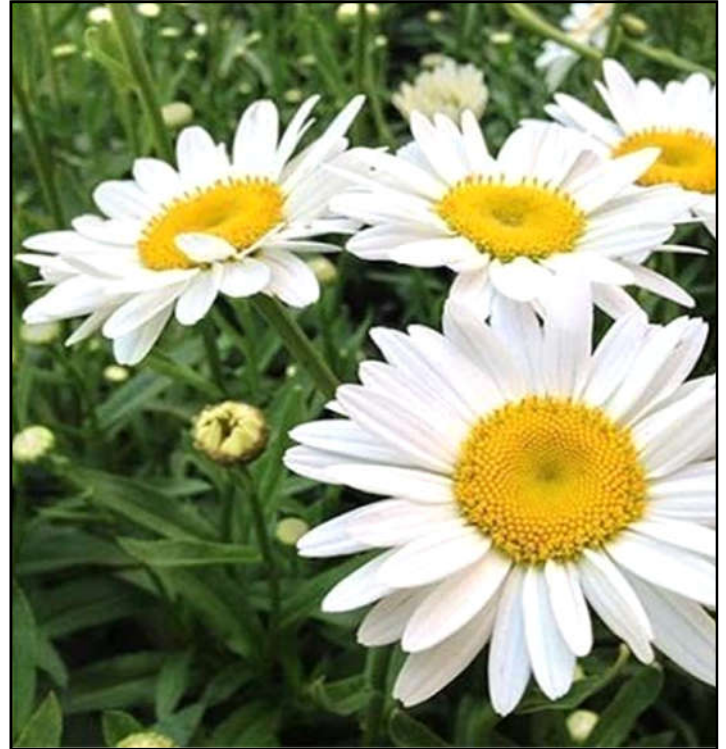
Бросаем кубики свеклы, солим, перчим по вкусу, вливаем растительное масло. Перемешиваем все слои. Классический винегрет без горошка готов.

Подаем домашний винегрет сразу, приятного аппетита!



☉ **ЗДОРОВЬЕ**

Нивяник обыкновенный



Обыкновенный нивяник рекомендован к применению при многих заболеваниях. Лекарственное растение оказывает положительное влияние на организм, а именно:

борется с воспалениями и инфекциями; улучшает состояние при ларингите, бронхите, пневмонии и туберкулезе; ускоряет движение желчи и стимулирует работу печени; оказывает обезболивающее действие; снижает артериальное давление и укрепляет сосуды; очищает кровь от холестерина и помогает вывести токсины; снижает уровень сахара и нормализует процессы метаболизма; улучшает состояние нервной системы и помогает бороться со стрессом; благотворно воздействует на сердце. Наружно средства на основе обыкновенного нивяника применяют для лечения ран, порезов и ожогов. Луговая ромашка снимает воспаления при дерматитах, способствует быстрому восстановлению тканей и предотвращает инфицирование. Обыкновенный нивяник помогает избавиться от отеков за счет мочегонных свойств.

Польза чая из луговой ромашки. Показания к применению чая из луговой ромашки очень широкие. Напиток употребляют: при цистите и мочеполовых инфекциях; при пиелонефрите; при вялом пищеварении и частом употреблении алкоголя; при сердечно-сосудистых недугах; при гипертонии; при стрессе и депрессии; при сахарном диабете.

Чай из обыкновенного нивяника редко причиняет вред и к тому же обладает приятным вкусом. Поэтому употреблять его в умеренных дозировках можно на регулярной основе...

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».

Препараты нивяника обыкновенного не принимают при беременности и в период кормления грудью. Противопоказано растение при гипотонии.

◆ **БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

П. Н. Воздвиженский

МОИСЕЙ

Взгляните, какая хорошенькая корзиночка стоит в камыше на берегу реки! Посмотрите, какой милый крошка барахтается в ней! Что же это за ребёнок и почему он здесь в корзинке? А вот послушайте. Вы знаете, как Иосиф и его братья поселились в Египте. От них произошло очень много людей и составилась целый народ, который назывался евреями.

Пока Иосиф был жив, пока помнили его заслуги, потомкам Израиля жилось в Египте хорошо. Но потом египтяне начали притеснять их, бить и изнурять тяжёлыми работами. Когда же род Израилев чрезвычайно умножился, то безжалостный египетский царь приказал убивать и бросать в реку всех новорождённых мальчиков, рождающихся у израильтянок.

И в это время у одной еврейки родился сын. Мать любила своего малютку и долго скрывала его при себе, чтобы его не убили. Но когда ребёнок подрос и мог быть замечен, она сплела корзинку, осмолила её, чтобы в неё не попадала вода, положила туда своё дитя и отнесла на берег реки. А его старшая сестра Мариам стала издали наблюдать, чтобы с

ребёнком не случилось чего дурного.

Дочь фараона спасает Моисея

Скоро к реке пришла купаться царская дочь, её сопровождали служанки, которые игрою и пением развлекали царевну. Она увидела корзинку с младенцем и сжалась над ним:

— Это, верно, еврейское дитя; бедненькое, как мне жаль его! — промолвила дочь фараона.

Мариам слышала это, вышла из-за деревьев и спросила царевну:

— Добрая госпожа, не позвать ли вам женщину покорить ребенка?

Царевна отвечала:

— Позови!

Мариам убежала и привела свою мать. Тогда дочь фараона сказала ей:

— Возьми это дитя и выкорми его, а когда подрастёт, то принеси его ко мне во дворец, и я дам тебе за это денег!

Теперь мать была спокойна за жизнь своего сына, так как сама египетская царевна была его покровительницей. Она усердно молилась и благодарила Бога за спасение своего ребёнка.

◆ **ЛУЧШИЕ СОВРЕМЕННЫЕ ПРИТЧИ****Взрослый сын в поезде**

Пожилый мужчина с взрослым сыном вошли в вагон поезда и заняли свои места. Молодой человек сел у окна. Как только поезд тронулся, он высунул руку в окно, чтобы почувствовать поток воздуха и вдруг восхищённо закричал:

— Папа, видишь, все деревья идут назад!

Пожилый мужчина улыбнулся в ответ. Рядом с молодым человеком сидела супружеская пара. Они были немного сконфужены тем, что взрослый уже человек ведёт себя, как маленький ребёнок

Внезапно молодой человек снова закричал в восторге:

— Папа, видишь, озеро и животные... Облака едут вместе с поездом!

Пара смущённо наблюдала за странным поведением молодого человека, в котором его отец, казалось, не находил ничего странного.

Пошёл дождь, и капли дождя коснулись руки молодого человека. Он снова переполнился радостью и закрыл глаза. А потом закричал:

— Папа, идёт дождь, вода трогает меня! Видишь, папа?

Не в силах больше себя сдерживать от того, чтобы вмешаться, пара, сидящая рядом, спросила пожилого мужчину:

— Почему вы не отведёте сына в какую-нибудь клинику на консультацию?

Пожилый мужчина ответил:

— Мы только что из клиники. Сегодня мой сын первый раз в жизни обрёл зрение...



Когда мальчик подрос, она отвела его во дворец. Там дали ему имя Моисей. При дворе Моисея воспитали как египтянина и научили разным наукам. Но он всегда знал, что принадлежит другому народу. Спустя много лет, когда Моисей стал взрослым, он понял, что египтяне притесняют и мучают его одноплеменников, израильтян. И заболело сердце у Моисея: жаль ему было евреев, и он очень хотел помочь им.

Однажды Моисей пришёл туда, где работали его соплеменники, и увидел, как надсмотрщик избивает еврея. Моисей не стерпел этого, заступился и нечаянно убил египтянина.

Но об этом узнали слуги фараона, и Моисею пришлось бежать из Египта. Он поселился у священника Мадямского Иофора, женился на его дочери и стал пасти его овец.

Неопалимая купина

Однажды Моисей, находясь со стадом далеко в пустыне, увидел чудное явление. Смотрит: перед ним стоит куст терновника, весь в огне. Куст этот горел огнём, но не сгорал.

Моисей захотел ближе подойти к дивному кусту, чтобы лучше его рассмотреть, но вдруг слышит голос из пламени:

— Я Бог отца твоего, Бог Авраама, Бог Исаака и Бог Иакова. Я увидел страдание народа Моего в Египте и повелеваю тебе вывести их из Египта!

Моисей отправился к царю египетскому и сказал, что Господь повелел ему отпустить израильский народ. Но фараон не соглашался отпустить бесплатных работников, евреев. Тогда Ангел по повелению Господа, после многих вразумлений и наказаний, умертвил всех старших детей египтян. И только после этого фараон испугался и разрешил евреям уйти из его страны.

Сыны Израилевы возблагодарили Бога за избавление и радовались тому, что у них такой сильный Господь. Этот день евреи называли Пасхой. Бог заповедал Своему народу каждый год праздновать Пасху как день избавления от египетского рабства.

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 «НЕВЕСТНИК». Отпечатано в офисе «Триол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 72 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.