



# Дедо и Баба

№24 (729)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

12 - 18 июня 2023 г.

## ◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

### Свинина в кисло-сладком соусе по-китайски

Если вы любитель китайской кухни, то свинина в кисло-сладком соусе вам точно понравится. Мясо для этого рецепта покупайте с небольшим количеством жира, желательнее лопатку, она быстро готовится и остается мягкой. В оригинальном рецепте в соус добавляют китайское кулинарное вино, но у нас его невозможно купить, поэтому можно заменить его на винный уксус хорошего качества или на красное сухое вино.

#### Ингредиенты

Свинина - 500 г  
Соевый соус - 100 г  
Томатный соус - 2 ст.л.  
Уксус красный винный - 2 ст.л.  
Мед - 1,5 ст.л.  
Имбирь (корень) - 2 см  
Чеснок - 1 зубчик  
Перец чили - 1 шт.  
Горчица зерновая - 1 ст.л.  
Перец ч.м. - по вкусу  
Кунжут - 1 ч.л.  
Масло растительное - 1 ст.л.  
Калорийность 224 кКал  
Время приготовления 20 мин.

#### Процесс приготовления

Свинина в кисло-сладком соусе по-китайски готовится очень быстро, поэтому все продукты должны быть подготовлены сразу. Чеснок и имбирь почистите. Свинину помойте под проточной водой, вытрите насухо бумажными полотенцами.

Разогрейте в сковороде растительное масло, на сильном огне обжарьте нарезанное соломкой мясо до красивой румяной корочки. Свинина не должна пустить сок, иначе она станет сухой, так что жарьте порциями. Снимите мясо на теплую тарелку.

В это же масло влейте соевый соус, добавьте горчицу, томатный соус, уксус, мед и чили перчик. Если перец очень острый, тогда семечки лучше удалить. Дальше нужно сделать тише огонь, помешивая деревянной ложкой соус, выпарить его до загустения. Если соус слишком быстро начнет загустевать, тогда можно подливать понемногу воду. Соли добавлять не понадобится, соевый соус компенсирует ее отсутствие с лихвой.

Как только соус начнет загустевать, добавьте натертый на мелкой терке чеснок и имбирь, поперчите черным молотым по вкусу, прогрейте еще с минуту.

Верните мясо в соус. Хорошенько перемешайте, подержите свинину в соусе минуту-другую, выключите плиту. Оставьте мясо в сковороде в соусе на какое-то время, чтобы оно пропиталось всеми его вкусами и ароматами. Свинина в кисло-сладком соусе по-китайски готова, подавайте с рисом - с ним очень вкусно.

При подаче посыпьте мясо кунжутом.



## ☉ ЗДОРОВЬЕ

### Ревень пальчатый



В черешках ревеня также много яблочной, аскорбиновой, никотиновой, фолиевой, янтарной, щавелевой, лимонной и уксусной кислоты, участвующих в обмене веществ, защищающих организм от свободных радикалов. Они способствуют желчеобразованию и желчевыведению. Большое количество органических кислот – причина кислого вкуса ревеня.

Из-за передозировки щавелевой кислоты, в почках формируются камни. Этой кислоты много во взрослых растениях, поэтому рекомендуется употреблять в пищу черешки молодого ревеня – не старше 35 дней.

Полезен при похудении. Но из-за кислого вкуса, многие блюда и заготовки из ревеня готовят с сахаром, который существенно снижает их пользу.

Чаще всего в народной медицине используют черешки ревеня – они вкусны и содержат массу полезных веществ. Стебли ревеня используют как пищевую и лекарственную добавку. Растение помогает при запорах, симптомах менопаузы, аллергиях. Воздействие черешков ревеня на организм: Антитоксическое. Поглощает яды и токсины, продукты распада. Растение способно устранить последствия любой интоксикации. Помогает при похмельном синдроме, используется при гепатите и отравлениях. Гипогликемическое. Способствует снижению сахара в крови, помогает поддерживать его стабильный уровень при диабете. Антибактериальное и заживляющее. Используют для выведения прыщей, угрей, витилиго, фурункулов, высыпаний разной природы. Витаминизирующее и общеукрепляющее. Повышает иммунитет...

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».

Листья (черешки) ревеня не рекомендуются людям с камнями в почках – из-за отложения оскалатных солей.

◆ **БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ ДЛЯ ДЕТЕЙ**

П. Н. Воздвиженский

**ИИСУС ХРИСТОС НА МОРЕ**

В стране, где жил и учил Иисус Христос, были реки и большие озёра. Многие жители занимались там рыбной ловлей.

Ученики Иисуса Христа также были большею частью рыбаки, и Самому Иисусу часто приходилось плавать по водам.

Однажды апостолы целую ночь ловили рыбу и ничего не поймали. Наутро Господь, желая вознаградить бедных рыбаков за труд, сказал им:

**Чудесный лов рыбы**

— Закиньте сети.

Но ученики отвечали:

— Учитель, мы трудились целую ночь и ничего не поймали, но, по слову Твоему, закинем сеть.

И вот рыбы поймалось столько, что ею наполнили две лодки доверху. Один из учеников Господа, удивлённый этим чудом, сказал Ему:

— Господи, уйди от меня: я грешный человек и недостойн быть с Тобою!

Иисус Христос, успокаивая его, отвечал:

— Не бойся, иди за Мною и помогай учить людей.

В другой раз Иисус Христос плыл в лодке с учениками. Он очень устал, лёг на дно лодки и уснул. В это время поднялась сильная буря. Ветер изорвал парус, волны хлестали через борт лодки, и сделалось темно. Апостолы растерялись и не знали, что делать. В испуге они разбудили

Иисуса Христа и сказали:

— Учитель, спаси нас, мы погибаем!

Иисус встал и сказал им:

— Где ваша вера? Чего вы испугались?

Потом, обращаясь к буре и волнению, приказал им:

— Умолкни, перестань!

Ветер тотчас перестал дуть, и волны улеглись. Ученики удивлялись и говорили:

— Кто же Это, что Ему повинуются и море, и ветер?

Был и другой, подобный этому, случай. Однажды



Господь велел ученикам плыть в лодке на другую сторону большого озера, а Сам пошёл на уединённую гору помолиться. Ночью апостолов в пути застала буря. В это время Господь духовными очами увидел, что Его ученики терпят бедствие и пошёл к ним по воде.

Если бы мы с вами, дети, вздумали ходить по воде, то тотчас бы утонули. Но Господь Иисус мог это сделать.

Ученики, увидев человека, идущего по волнам, испугались и думали, что это призрак. Но Господь успокоил их, сказав:

— Это Я, не бойтесь!

Апостол Пётр сказал Ему:

— Если это Ты, Господи, то позволь мне идти к Тебе по воде.

Иисус Христос сказал:

— Иди.

Пётр пошёл, но, сделав несколько шагов, испугался и начал тонуть. Тогда Господь подал ему руку и спас его. Ветер сразу утих, и волнение прекратилось. Все ученики видели это чудесное хождение по волнам и сказали Иисусу Христу:

— Воистину Ты — Сын Божий!

**Благословение детей**

Когда однажды Иисус Христос переплыл на другую сторону реки Иордан, Его тотчас окружили люди. Особенно между ними было много женщин с детьми. Женщины хотели подвести детей к Иисусу Христу, чтобы Он благословил их.

Ученики Христа увидели это и, зная, что Учитель утомлён, сказали им:

— Не ходите, дайте Учителю отдых!

Но Иисус Христос очень любил детей. Услышав эти слова, Он вознегодовал и сказал апостолам:

— Не препятствуйте детям приходиться ко Мне, потому что их есть

Царство Небесное! Если вы сами не станете такими же чистыми и добрыми, как дети, не войдёте в Небесное Царство.

Тогда дети с радостным лепетом окружили Господа и целовали Его руки. Добрый Спаситель кротко улыбался, гладил рукою их головки и благословлял их. Матери со слезами глядели на это, благодарили и молились доброму Иисусу Христу.

◆ **ЛУЧШИЕ СОВРЕМЕННЫЕ ПРИТЧИ****ЗАВТРАК С БОГОМ**

Жил некогда маленький мальчик, который хотел встретиться с Богом. Он знал, что туда, где живет Бог, дорога длинная, поэтому он наполнил свой рюкзак кексами, несколькими банками с лимонадом и отправился в путешествие. Когда он прошёл около трёх кварталов, то увидел пожилую женщину. Она сидела в парке на скамейке и смотрела на голубей. Мальчик присел рядом и открыл свой рюкзак. Он уже хотел сделать несколько глотков лимонада, но заметил, что женщина голодна, и предложил ей кекс. Она с благодарностью приняла кекс и улыбнулась мальчику. Её улыбка была такой чудесной, что он захотел увидеть её вновь, и предложил женщине также и лимонад. И снова она улыбнулась ему. Мальчик был в восторге! Они сидели там весь день, ели и улыбались, не говоря не единого слова.

Когда начало смеркаться, мальчик почувствовал, что сильно устал, и стал собираться домой. Он поднялся, чтобы уйти, но не сделав и нескольких шагов, развернулся, побежал обратно к пожилой женщине и крепко её обнял. Она одарила его самой радостной улыбкой. Когда мальчик пришёл домой, его мама удивилась той радости, которая светилась на его лице. Она спросила:

— Что тебя сделало таким счастливым?

Он ответил:

— Я завтракал с Богом.

Перед тем, как мама что-либо ответила, он добавил:

— Ты знаешь, у Неё самая красивая улыбка в мире!

Тем временем, пожилая женщина, также светящаяся от радости, вернулась домой. Её сын был изумлён выражением спокойствия на её лице. Он спросил:

— Мама, почему ты такая счастливая сегодня?

Она ответила:

— В парке я ела кексы с Богом.

И перед тем, как сын смог ответить, она добавила:

— Знаешь, а Он намного моложе, чем я думала.

**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](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 «Тритол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 72 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.