



◆ **КУХНЯ**

<http://iamcook.ru>

Лечо из чесночных стрелок на зиму

При большой посадке чеснока закономерно срезается очень много стрелок. Некоторые хозяйки их выбрасывают, не зная, что есть огромное количество рецептов с их участием. Приготовив хоть раз блюдо с чесночными стрелками - неважно какое, вы уже точно никогда от них не избавитесь.

Сегодня я хочу предложить сделать заготовку на зиму - лечо. Обычно его готовят с перцами, но сделав замену на стрелки, вы нисколько не пожалеете - оно получается очень вкусным, ароматным и ярким. Лечо можно подавать как закуску, а также использовать как ингредиент в других блюдах, например, в приготовлении блюда из макарон, супов, овощного рагу.

Ингредиенты

Чесночные стрелки - 500 г

Томатная паста - 250 г

Соль - 2 ч.л.

Сахар - 2 ст.л.

Растительное масло - 2 ст.л.

Уксус (9%) - 1 ст.л.

Вода - 350 г

Перец горошком чёрный - 5-6 шт.

Перец душистый горошком - 3-4 шт.

Лавровый лист - 1 лист

Перец молотый красный - по вкусу

Калорийность 55 кКал

Время приготовления 40 мин.

Процесс приготовления

Соберите указанные ингредиенты для лечо из чесночных стрелок на зиму. Вес стрелок указан уже в порезанном виде.

Стрелки собирайте до начала их цветения, скручивания или пожелтения.

Томатную пасту разбавьте холодной водой до однородного состояния без комочков.

Чесночные стрелки обрежьте от верхушек и помойте. Порезьте по возможности равными кусочками по 2-3 сантиметра.

Томатный соус вылейте в кастрюлю, добавьте растительное масло, соль, сахар, перцы и лавровый лист. Доведите до кипения и прокипятите 2-3 минуты.

Добавьте нарезанные чесночные стрелки и тушите на среднем огне минут 20.

Минуты за 2 до окончания времени тушения влейте уксус.

Банки с крышками простерилизуйте привычным для вас способом - на пару, в духовке, микроволновке.

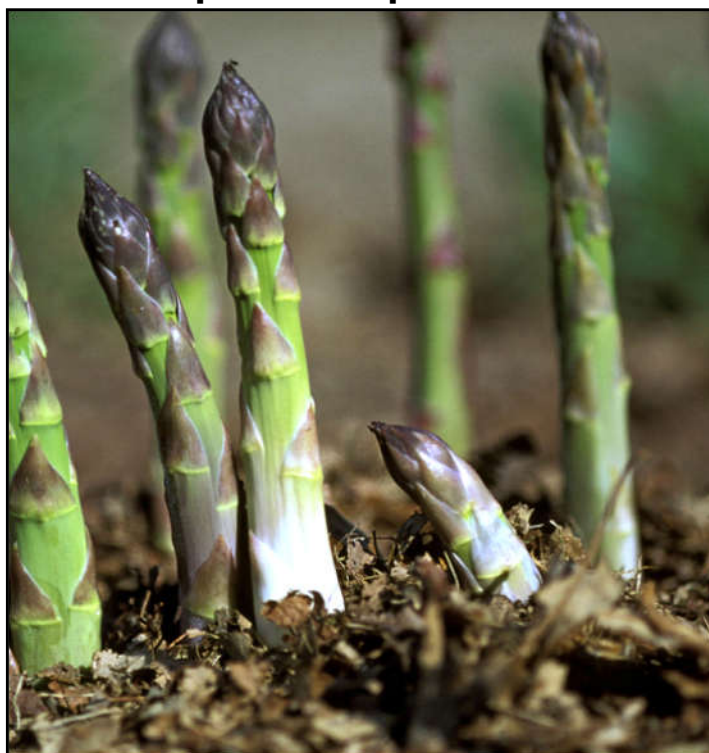
Разлейте горячее лечо из чесночных стрелок на зиму по стерилизованным банкам. Закройте банки крышками, укутайте во что-нибудь тёплое и оставьте остывать.

Остывшие банки уберите на хранение в прохладное тёмное место. Приятного аппетита!



◆ **ЗДОРОВЬЕ**

Спаржа лекарственная



Полезные свойства спаржи: спазмолитическое; кровоочистительное; мочегонное; слабительное; противоспалительное; обезболивающее; сосудорасширяющее; желчегонное; успокаивающее; противогрибковое.

В результате периодического употребления молодых побегов спаржи в организме происходит следующее: нормализуется работа сердечно-сосудистой, пищеварительной и мочевыводящей систем; выводятся хлориды и фосфаты, а из мочеточников и почек — кристаллические образования; стимулируется иммунная система; повышается аппетит; уменьшается головная боль. Польза для женщин (в том числе беременных и кормящих). Химический состав спаржи благоприятен для женского организма: улучшает состояние кожи, полезен при ее заболеваниях (дерматите, псориазе, аллергодерматозе и т. д.); поддерживает молодость; регулирует обменные процессы; выводит токсины; способствует снижению массы тела. Растение содержит минеральные вещества и витамины, способствующие правильному развитию плода, в том числе его нервной системы. Поэтому рекомендовано употребление побегов во время беременности. Спаржа снижает вызываемую токсикозом отечность. В период беременности и лактации у женщин возрастает потребность в биологически активных элементах (нутриентах). Входящие в состав многолетника калий, цинк, железо, сера и фосфор легко усваиваются организмом и стимулируют метаболические процессы, что очень важно в период грудного вскармливания...

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».

Спаржу не рекомендуется употреблять при: индивидуальной непереносимости; аллергии; обострении патологий желудочно-кишечного тракта: язвы, гастрита.

ВХОД В ИЕРУСАЛИМ

За неделю до наступления иудейского праздника Пасхи Иисус Христос направился в Иерусалим. По просьбе Учителя, апостолы привели Ему ослицу и молодого ослёнка, которых взяли в ближайшем селении. Христос сел на ослёнка и въехал на нем в город.

Когда Он ехал, тысячи людей собрались посмотреть на Господа и помолиться Ему. Все уже знали о Его чудесах; знали, как Он исцелял больных и воскрешал мёртвых, и потому спешили воздать Ему честь. Его сопровождали не только взрослые, но и бесчисленное множество маленьких детей, которых Он так любил. Все они устилали одеждой и усыпали зелёными ветвями путь перед Господом и громко восклицали: «Осанна Сыну Давидову! Благословен Царь Израилев!»

Перед самым городом этому торжественному шествию надо было спуститься с горы. Внизу, у подошвы её, раскинулся весь Иерусалим. Здесь Господь остановился, окинул взором шумный город и, заплакав, произнёс:

— О, Иерусалим, Иерусалим! Если бы ты знал, что Я хотел собрать всех детей твоих к Себе, как птица собирает птенчиков под крыльями, но ты не захотел этого; и вот настанет время: к тебе придут враги и разрушат твои стены; они убьют твоих детей и не оставят в тебе камня на камне за то, что ты не узнал и не любил Господа, Который посетил тебя!

Вход Господень в Иерусалим



При въезде в город людей прибавилось ещё больше. Те немногие, которые ещё не знали Иисуса Христа, спрашивали: «Кто это?» И им отвечали: «Это Иисус Христос, Пророк из города Назарета!»

Все с восторгом встречали Господа. Только злые еврейские учителя, книжники и фарисеи, злобно смотрели на это торжество. Некоторые из них говорили Христу:

— Учитель! Запрети им кричать это и так Тебя встречать!

Спаситель же ответил:

— Если они замолчат, то камни станут прославлять Меня.

Фарисеи завидовали тому, что Иисус Христос — простой

Человек, не учёный, а имеет такое влияние на народ, какого они не имеют сами. Их раздражало, что Он творит добрые дела даже в субботу. Ведь по закону Моисея евреям в субботу не полагалось трудиться. Он обличал их лицемерие и неискренность, дружил с мытарями и грешниками. Они ждали другого Мессии, который освободит их от римского ига и создаст такое государство, которое будет управлять всем миром. Одним словом, Христос не был похож на Мессию, которого они ждали. И они Его жестоко возненавидели и думали только, как Его погубить. Через день после входа в Иерусалим Господь отправился в храм. Но что Он там увидел? Вероятно, дети, вы бывали когда-нибудь на базаре и знаете, какой там царит крик и шум. Почти то же самое нашёл Иисус около еврейского храма и даже внутри его. Торговцы предлагают животных для жертвоприношения, покупатели торгуются, меняют деньги и звенят ими... Увидев это безобразие,

Христос разгневался. Он опрокинул столы и выгнал торговцев из храма, рассыпал деньги менял и сказал им:

— Ступайте отсюда прочь! Храм есть дом Божий, дом Отца Моего Небесного, а вы превратили его в вертеп разбойников!

Предпраздничные дни в Иерусалиме продолжались, и Господь каждый день проповедовал в храме, исцелял больных, храмовых, слепых. Тысячи людей шли к Нему...

Наблюдая, как люди несут приношения в храм на Пасху, Христос обратил внимание на то, что одна бедная вдова опустила в церковную сокровищницу две мелкие монеты — лепты. Иисус Христос указал на неё Своим ученикам и сказал:

— Истинно говорю вам, что эта женщина положила больше всех, потому что все прочие положили туда только незначительную часть от своих богатств, а она отдала для Бога всё, что имела на пропитание.

◆ ЛУЧШИЕ СОВРЕМЕННЫЕ ПРИТЧИ

На кого снисходит благодать?

Один горожанин спросил у Мастера:

— Я возношу Господу хвалу каждый день. Мой сосед делает то же самое, на него регулярно нисходит благодать, мне же не удалось достичь этого состояния ни разу. В чём тут дело?

— Сколько раз на день ты читаешь молитву?

— Ровно десять раз — пять утром и пять вечером.

— А сколько раз твой сосед возносит хвалу Господу? — Я не знаю, Мастер.

— Узнай и возвращайся ко мне.

Через некоторое время горожанин возвратился к Мастеру и рассказал:

— Весь день я наблюдал за соседом и оказалось, что он произносит молитву 144 раза — дюжину дюжин раз.

— Вот видишь, ты прикладываешь слишком мало усилий. Как же ты можешь ожидать того же результата, что и в соседа?

Через несколько недель горожанин опять пришёл к Мастеру:

— Я возношу хвалу Господу каждый день по 144 раза. Мой сосед делает то же самое. Но на него по-прежнему нисходит благодать, а на меня по-прежнему — нет. Что же я делаю не так? В чём тут дело?

— Просто твой сосед не считает, сколько раз это делаешь ты.

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 «Тритол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки.

Рукописи не возвращаются.

Тираж 72 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.