



# Дедо и Баба

№9 (766)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

26 февраля - 3 марта 2024 г.

## ◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

### Бефстроганов из говядины со сливками (классический рецепт)

Прежде предполагалось, что мясо по-строгановски готовят исключительно из говядины, отсюда и "бефстроганов". Но современные рецепты с многочисленными запросами в сети адаптировали под культовое блюдо свинину, курицу и прочее. При этом сохраняются нарезка брусками, быстрая жарка, тушение в соусе на основе сметаны или сливок и томатной пасты, мука в качестве загустителя, репчатый лук и базовые соль-черный перец.

Бефстроганов часто подают с картофелем фри, но на мой взгляд, для домашнего рациона лучше - картофельное пюре, рис, макаронные изделия. Главное, и мясо, и гарнир должны быть горячими. Тем, кто любит классику и мясные подливы, предлагаю классический рецепт бефстроганов из говядины со сливками.

#### Ингредиенты

Говядина - 600 г  
Молочные сливки 10 % - 200 г  
Томатная паста - 70 г  
Лук - 1 шт.  
Пшеничная мука - 2 ст.л.  
Растительное масло - 1-2 ст.л.  
Соль, черный перец - по вкусу  
Калорийность 174 кКал  
Время приготовления 30 мин.

#### Процесс приготовления

Возьмем продукты по списку.  
Чистый кусок мяса накрываем пленкой и слегка отбиваем.  
Нарезаем широкими пластинами, затем - поперек волокон брусками толщиной в сантиметр.

Панируем мясную нарезку в муке.

В растительном масле до золотистого цвета обжариваем репчатый лук.

Добавляем припорошенное мукой мясо. Перемешиваем.  
Жарим 2-3 минуты.

Вливаем молочные сливки и добавляем томатную пасту, солим. Перемешиваем и тушим под крышкой минут 20-30, ориентируясь на жесткость говядины.

В конце готовки классический бефстроганов из говядины со сливками перчим по вкусу.

Подаем бефстроганов, например, с картофельным пюре.  
Приятного аппетита.



## ☺ ЗДОРОВЬЕ

### Ежовник обыкновенный



Ежовник считается таким же целебным и лекарственным растением, как и другие. В народной медицине этот злак известен и его довольно часто используют. Однако стоит упомянуть, что этим знанием о Ежовнике (и других травах) мы обязаны Востоку, ведь именно оттуда (преимущественно из Китая) через Сибирь эти премудрости попали к нашим народным целителям.

Так вот, Ежовник, хоть и имеет небогатый набор полезных веществ (белки, жиры, клетчатка, крахмал, эфирные масла и некоторые другие), обладает целебными (можно сказать основными) свойствами: тонизирующим, обволакивающим (в частности слизистые оболочки ЖКТ), кровоостанавливающим, общеукрепляющим, противовоспалительным, потогонным, противовоспалительным и противопростудным. А вот применение у него необычное - не только как настой (из корней, травы и семян), крупа, из которой можно варить вкусную кашу или добавлять в суп (mmm...), но и как соль! так на пример во Внутренней Африке зола растения заменяет её. (это может быть полезным в походе, если забыли взять соль с собой).

Ежовник петушье просо используют в народной медицине довольно часто. Знание его целебных свойств пришло к нам с Востока. Народные целители используют траву которую собирают во время цветения, а так же корни и семена. Настои травы применяют для лечения простуды как потогонное и противохорадочное средство...

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».

Противопоказан лицам с повышенной чувствительностью к его компонентам.



## Святой праведник Алексей Московский

Святой праведный Алексей Мечёв родился в Москве 17 марта 1859 года в благочестивой семье регента кафедрального Чудовского хора Алексея Ивановича Мечёва.

С рождения жизнь отца Алексея была связана с именем святителя Филарета, митрополита Московского и Коломенского (память 19 ноября). Святитель Филарет спас его отца от смерти на морозе, когда тот был ребенком. Увидев в этом Промысл Божий, святитель и далее заботился о спасенном ребенке, а потом и о его семье. Во время рождения отца Алексея (роды у его матери Александры Дмитриевны были трудными) митрополит Филарет молился вместе с Алексеем Ивановичем Мечёвым об удачном разрешении его жены от бремени и предсказал: «Родится мальчик, назови его Алексием в честь празднуемого нами сегодня святого Алексея, человека Божия».

Алексий рос в семье, где царил живая вера в Бога, любовь, добросердечное отношение к людям. Учился он в Заиконоспасском училище, затем в Московской духовной семинарии, по окончании которой мечтал поступить в университет и стать врачом. Однако его мать воспротивилась, желая видеть сына священником. Алексию было нелегко отказаться от своей мечты, но против воли горячо любимой матери он не пошел. Впоследствии Алексей Мечёв понял, что обрел истинное призвание.

По окончании семинарии Алексей служил псаломщиком в Знаменской церкви Пречистенского сорока. Здесь ему суждено было пройти тяжелое испытание. Настоятель требовал от псаломщика выполнения и таких обязанностей, которые лежали на стороже, обходился грубо, замахивался на него кочергой и даже бил. Но Алексей сносил все безропотно, не жаловался и не просил о переводе в другой храм. Впоследствии святой благодарил Господа за то, что Он дал ему пройти такую школу. Уже будучи священником, отец Алексей, услышав о смерти этого человека, пришел на отпевание, со слезами благодарности и любви провозгласил его до могилы, к

удивлению тех, кто знал отношение к нему почившего.

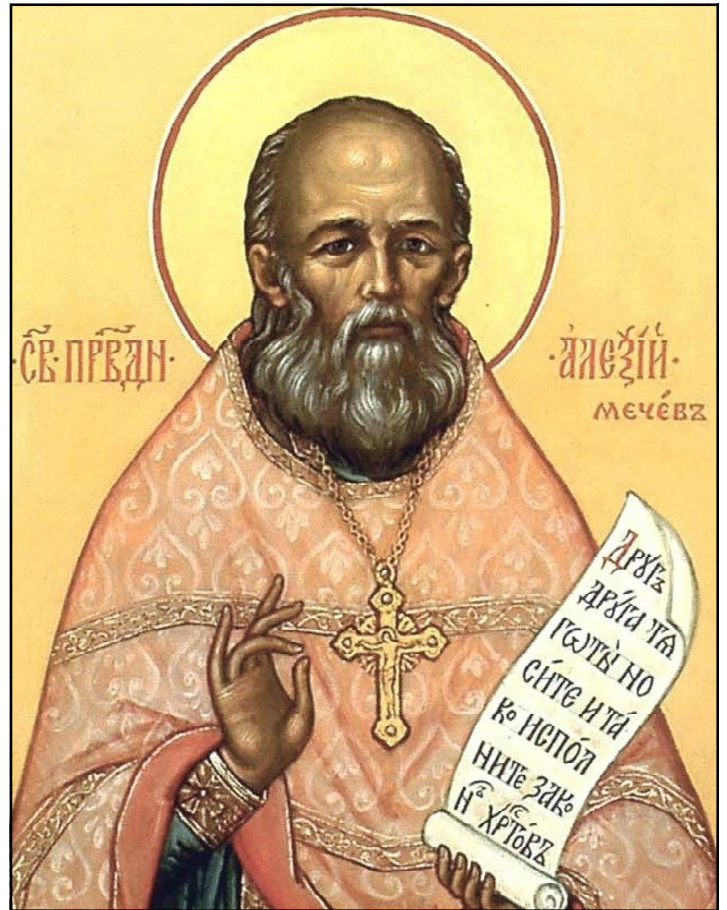
Потом отец Алексей говорил, что, когда люди указывают на недостатки, которые мы сами за собой не замечаем, они помогают нам бороться со своим «яшкой». (Два у нас врага: «окаяшка» и «яшка» – батюшка называл так самолюбие, человеческое «я», тотчас заявляющее о своих правах, когда его кто волей или неволей задевает и ущемляет.) «Таких людей надо любить как благодетелей», – учил он в дальнейшем духовных детей.

18 ноября 1884 года он был рукоположен в диакона и стал служить в церкви великомученика Георгия в Лубянском проезде. Отец Алексей внешне проявлял величайшую простоту, внутренне же испытывал пламенную ревность о Господе.

В 1884 году Алексей женился на дочери псаломщика Анне Петровне Молчановой. Брак его был очень счастливым. Но Анна Петровна страдала тяжелым заболеванием сердца, и здоровье ее стало предметом постоянных забот отца Алексея. В семье родились дети: дочери Александра (1888) и Анна (1890), сыновья Алексей (1891), умерший на первом году жизни, и Сергей (1892), а также младшая дочь Ольга (1896).

19 марта 1893 года диакон Алексей Мечёв был рукоположен в священника к церкви святителя Николая в Кленниках. Хиротония состоялась в Заиконоспасском монастыре, совершил ее епископ Нестор, управляющий Московским Новоспасским монастырем. Приход этой церкви был малочислен, поскольку поблизости находились большие известные храмы. Хотя отец Алексей готовился к пастырству в деревне, он, получив приход в столице, всецело предал себя воле Божией и стал трудиться, положив в основание молитву и духовное бодрствование.

Введя в своем храме ежедневное богослужение, святой Алексей восемь лет служил в пустой церкви, почти в одиночестве. Со временем скорбящие и обремененные горестями люди потянулись в этот храм, и от них пошла



молва о его добром настоятеле.

Жизнь духовенства малых приходов того времени была материально тяжелой, бытовые условия плохими. Матушка Анна Петровна тяжело болела, у нее началась водянка, сопровождавшаяся большими отеками и мучительной одышкой. Она так страдала, что принялась упрашивать мужа, чтобы он прекратил ее вымалывать... 29 августа 1902 года, в день Усекновения главы Предтечи и Крестителя Господня Иоанна, Анна Петровна скончалась.

Отец Алексей очень горевал. Он закрывался у себя в комнате и изливал душу пред Господом. В это время в Москву приехал праведный Иоанн Кронштадтский. Его пригласила к себе домой очень близкая отцу Алексею

купеческая семья, которую связывали с кронштадтским пастырем дела благотворительности. В этом доме и встретился с ним безутешный священник.

На вопрос Алексея Мечёва: «Вы пришли разделить со мной мое горе?» – отец Иоанн ответил: «Не горе твое я пришел разделить, а радость: тебя посещает Господь». Впоследствии отец Алексей скажет о себе: «Господь посещает наше сердце скорбями, чтобы раскрыть нам сердца других людей». Святой Иоанн посоветовал ему: «Будь с народом, войди в чужое горе, возьми его на себя – и тогда увидишь, что твое несчастье мало, незначительно в сравнении с общим горем, и легче тебе станет».

*Продолжение следует*

**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 «НЕВЕСТИК». Отпечатано в офисе «Тригол».

Редакция не рецензирует рукописи и фотоснимки. Рукописи не возвращаются.

**Тираж 91 экз.**

Подписано в печать в среду, в 17-00.