



◆ **КУХНЯ**

<http://iamcook.ru>

☉ **ЗДОРОВЬЕ**

## Мармелад по ГОСТ

### Ингредиенты

Сок из яблок или фруктов - 400 мл;  
Агар - 1 ст. ложка;  
Сахар в мармелад - по вкусу;  
Сахар для обсыпки - по желанию.  
Калорийность 280 кКал  
Время приготовления 30 мин.

### Процесс приготовления

Согласно ГОСТ 6442-89 мармелад может быть желевый на основе студнеобразователей или желевно-фруктовый - на основе студнеобразователей с фруктовым или ягодным пюре. В зависимости от способа формовки мармелад может быть резным или формовым.

Мармелад, изготавливаемый промышленно, удешевляют используя всевозможные искусственные добавки, ароматизаторы и красители, поэтому приготовление домашнего варианта только из натуральных продуктов - не только вкусно, но и полезно! Подходят практически любые фрукты и ягоды, из которых мармелад получится разным на вкус и на цвет. Я использовала яблочный сок с мякотью и небольшим количеством лимонного сока, апельсиновый сок, морс из черноплодки и... покупной напиток тархун. На основе тархуна мармелад получился особо похожим на вкус покупного!

Мармелад - это и самостоятельный десерт, и ингредиент для украшения тортов, мороженого и т.д.

**Примечание:** читайте способ подготовки агара на его упаковке, возможны различия у разных видов агара!

Подготовьте ингредиенты:

Используйте готовый качественный сок или выжмите его при помощи соковыжималки из выбранных фруктов и ягод. Добавьте сахар по своему вкусу. Затем в небольшой порции сока размешайте агар.

Влейте остальной сок.

Доведите массу до кипения и поварите минуту при помешивании. Это апельсиновый сок.

Разлейте теплую мармеладную массу по формочкам. На фото пластиковая тара из-под перепелиных яиц и силиконовые формочки для выпечки.

Это яблочный сок с мякотью и немного лимонного сока.

Это масса из тархуна.

После силиконовых формочек мармелад можно оставить круглым или нарезать на дольки. Желательно дать мармеладу немного подсохнуть, потому что иногда на поверхность выступает несколько капелек жидкости. Пожеланию обвалите мармелад в сахаре

Желейный мармелад по ГОСТ готов!

Приятного чаепития!



Оздоровливает сердце. Исследование, проведенное на базе Гарвардской школы общественного здравоохранения, продемонстрировало, что арахис снижает уровень «плохого» холестерина (ЛПНП). Липопротеины низкой плотности — главная причина образования атеросклеротических бляшек в кровеносных сосудах. Систематическое употребление арахиса помогает поддерживать «чистоту» сосудов. Эксперимент с лабораторными крысами показал, что применение экстракта, полученного из кожуры арахиса, обогащает организм полифенолами. Как следствие, у грызунов отмечалось снижение симптомов воспаления, которые провоцируют заболевание сердца. В составе арахиса присутствует ресвератрол — вещество, известное мощными антиоксидантными свойствами. Благодаря этому соединению арахис реализует кардиозащитные эффекты. В Университете Пердью учёные установили, что введение арахиса в повседневный рацион снижает показатели триглицеридов, что помогает оздоравливать сердце. Механизм регулирования липидного профиля крови обеспечивается активностью фолиевой кислоты, магния и мононенасыщенных жирных кислот. Турецкие исследователи Университета Мармара провели ряд наблюдений за крысами и подтвердили, что арахис повышает липопротеины высокой плотности («хороший» холестерин)...

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».

Арахис способен вызвать аллергию, причём довольно серьёзную, вплоть до отёка Квинке и бронхоспазма.



## Святитель Василий, епископ Рязанский, чудотворец

Окончание. Начало в № 22

Недолго пришлось рязанской пастве быть под окормлением чудесно дарованного им святителя. В 1288 году, во время одного из опустошительных набегов татар, Рязань и все ее храмы были разрушены. Святитель Василий под покровом Муромской иконы Божией Матери приплыл на своей мантии по Оке и ее притоку Трубежу к церкви святых Бориса и Глеба в Переяславле Рязанском (нынешняя Рязань, в отличие от Старой Рязани). Там он основал новую епископию, и церковь святых страстотерпцев Бориса и Глеба с того времени стала соборной. 3 июля 1295 года (по рукописным святцам, в 1292 г.) святитель Василий отошел ко Господу. Святое тело его было погребено в Борисоглебском соборе. При перестройках собора могила оказалась снаружи храма.

В начале XVII века Промыслу Божию угодно было еще более прославить святителя Василия. 10 июня 1609 года при архиепископе Рязанском и Муромском Феодорите (1605—1617) состоялось

открытие и перенесение его святых мощей в Успенский (впоследствии Рождественский) собор в Кремле Переяславля Рязанского, который со времени епископа Рязанского и Муромского Ионы II (1522—1547) был кафедральным. Мощи святителя Василия были положены под спудом на левом клиросе, рядом с иконостасом. Тогда же были составлены тропарь и кондак святителю.

С того времени имя святителя Василия «поминается во всех церквях Рязанской епархии». К нему прибегают как к «присному заступнику своему, в скорби и напасти помощнику».

В 1881 году, при архиепископе Палладии (Раеве; 1876—1882), указом Святейшего Синода утверждены дни празднования памяти святителя Василия: 3 июля—день блаженной кончины и 10 июня—день перенесения его святых мощей.

В настоящее время святитель Василий особенно почитается на Рязанской земле. В каждом храме Рязанской епархии имеется его икона, а в большинстве



храмов, кроме того, настенное изображение святителя, плывущего по воде на мантии с Муромской иконой Бого-

матери в руках. В кафедральном соборе Рязани каждую среду вечером ему совершается акафистное пение.

## В магазине ДЕДО И БАБА

новое поступление

НАБОРОВ для ВЫШИВАНИЯ

и множество ЦВЕТНЫХ СХЕМ для  
вышивки на канве и картины стразами



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 91 экз.

Подписано в печать в среду, в 17-00.