



Дедо и Баба

№24 (781)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

10 - 16 июня 2024 г.

◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

Омлет с луком и сыром

Универсальное блюдо на завтрак/обед/ужин из подручных ингредиентов. Идеально для тех, у кого мало времени. Сытно, вкусно и быстро!

Ингредиенты

Яйца – 2 шт.
Молоко – 2 ст.л.
Лук – 1 шт.
Сыр – 30 г
Масло растительное – 1-2 ст.л.
Соль, перец – по вкусу
Свежая зелень – по вкусу
Сковорода диаметром 22 см
Калорийность 218 кКал
Время приготовления 20 мин.

Процесс приготовления

После приготовления омлета с луком и сыром я теперь буду добавлять в рецептуру омлета лук всегда. Пускай его нарезка и жарка отнимает иногда драгоценные минуты времени, зато каков результат! Жареный лук буквально преображает блюдо, делает вкус омлета более ярким и насыщенным - живым! Так что если вы так же, как и я, до этого готовили омлет без лука, скорее приступайте и не пожалеете!

Я готовлю омлет на одного - из двух яиц и молока. Иногда заменяю последнее сметаной, и омлет получается в разы пышнее и нежнее. Но берите, что есть в холодильнике, даже вода подойдёт. На одну порцию также достаточно маленькой луковички или половинки большой, тут дело ваших предпочтений. Сыр - чем больше, тем лучше, конечно. Но не забываем о его калорийности, как и о калорийности масла - прежде чем лить на сковороду, стоит не раз подумать и не перебарщивать.

А вообще, лейте, жарьте, сыпьте всё сыром и получайте удовольствие от жирного и просто тающего во рту омлета, как сделала я! Поверьте, оно того стоит. Один раз можно. Приступаем!

Лук очищаем и нарезаем мелким кубиком.

Сыр натираем на крупной терке.

В миске (или в большом стакане/чашке) соединяем яйца, молоко, всыпаем соль и перец по вкусу. Также можно на данном этапе забросить любимые специи, например, сушеные травы.

Взбиваем венчиком или вилкой до однородности.

Лук выкладываем на сковороду с маслом и жарим до красивой золотистой корочки. Главное - не передержать лук, чтобы он не подгорел.

Заливаем жареный лук омлетной смесью, немного перемешиваем прямо на сковороде.

И жарим омлет на среднем огне под крышкой до готовности яиц. Это займет не более 5 минут.

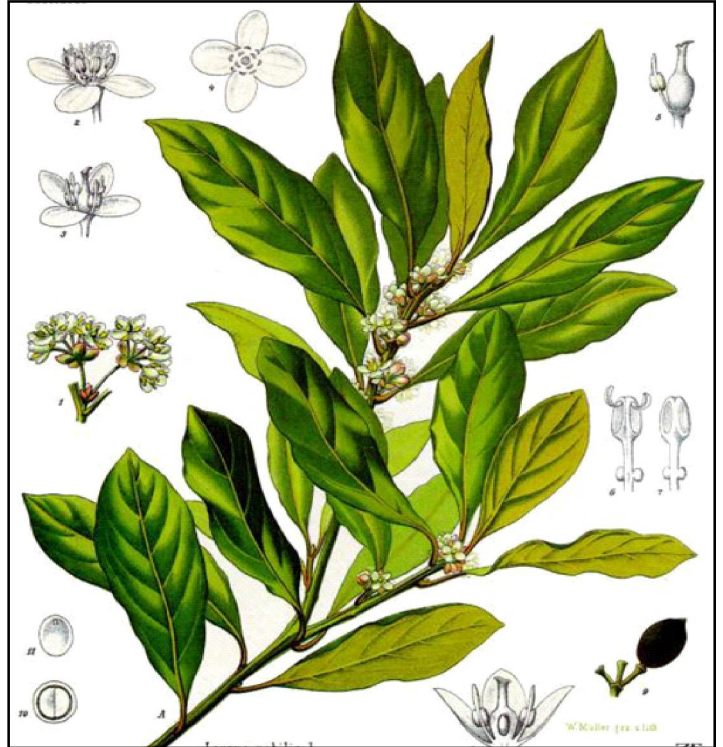
Готовое блюдо посыпаем свежей зеленью и тёртым сыром. Оставляем под крышкой до расплавления сыра буквально на пару минут.

Омлет с луком и сыром готов! Подаём к столу с пылу с жару со свежими овощами и зеленью.

Приятного аппетита!

☉ ЗДОРОВЬЕ

Лавр благородный



Плоды растения содержат до двадцати пяти процентов жирного масла. Эффективны в лечении паралича, болезней суставов, укрепляют организм, помогают от простуды. ванна с лавровым листом отлично помогает при заболеваниях мочеполовых органов. Часто рекомендуют женщинам как дополнительное средство при лечении воспаления матки, цистита. отвар листьев лаврового листа справится даже с самой сильной зубной болью очень быстро. Достаточно прополоскать полость рта, подержать несколько минут на воспаленной области. свойства лаврового листа незаменимы для органов дыхания. Смесь растертых листьев с липовым медом сильное средство от долго не проходящего кашля, помогает в начальной стадии рака легких необычные способы — листочек прикрепленный к уху с задней стороны не даст человеку сильно опьянеть, настой листьев лавра разбрызганный в помещении удаляет всех насекомых, предохраняет от злых людей. Всего небольшой кусочек древесины растения над кроватью способствует хорошему, спокойному сну. ароматная горечь лаврового листа положительно действует на пищеварение. разжевывание пару раз в неделю листьев предохраняет от всех заболеваний полости рта лечение лавровым листом суставов проверено, используется с древних пор. Применение лаврового листа в народной медицине обширно. Его используют для лечения заболеваний кожи, лечение цистита лавровым листом практически один из лучших способов справиться с проблемой...

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 людям со склонностью к запорам, принесет вред при гастрите, язве желудка. Лавровый лист при диабете будет полезен если это не тяжелая форма.

Святой равноапостольный великий князь Владимир

Святой князь Владимир был сыном Киевского князя Святослава. В первый раз имя Владимира упоминается в русских летописях под 968 годом, при повествовании о нашествии печенегов, когда его бабка, святая равноапостольная княгиня Ольга, с малолетними внуками и жители Киева, из-за отсутствия своего сына Святослава, были осаждены в Киеве степными кочевниками. Во второй раз имя князя Владимира встречается в русских летописях под 970 годом, когда князь Святослав незадолго до своей смерти разделил Русскую землю между тремя сыновьями: старший сын, Ярополк, получил Киев, средний сын, Олег, — землю Древлянскую, а младший сын, Владимир, — Новгород.

Вскоре после смерти Святослава между братьями начались распри. В отместку за гибель своего воеводы, убитого князем Олегом во время охоты, князь Ярополк в 977 году выступил с ратью на Древлянское княжество. Князь Олег погиб во время отступления близ города Овруча. Известие о его смерти достигло Новгорода, и князь Владимир, зная властолюбие брата, бежал за море к варягам. Ярополк послал в Новгород своих посадников и стал один править на Руси. Но через три года князь Владимир вернулся в Новгород с дружиной варягов и изгнал киевских посадников. Вскоре он завоевал Полоцк и женился на княжне полоцкой Рогнеде, невесте Ярополка. Затем он покорил Киев, по его

воле был убит Ярополк. Несмотря на то, что вдова Ярополка, родом гречанка, была беременной, Владимир взял ее в наложницы. Сладострастным язычником, полагавшимся на свою силу и воинскую дружину, — таким предстает князь Владимир до своего обращения в христианство. По языческому понятию, правда и справедливость — на стороне сильного. Князь Владимир вполне следовал этому как высшему мерилу жизни. Далеки тогда еще были от его сердца слова: «Не в силе Бог, а в правде».

Став единодержавным князем Руси, Владимир осуществил несколько удачных военных походов: завоевал Галицию (Червонную Русь), смирил вятичей и радимичей, победил камских болгаров, успешно воевал с печенегами и, таким образом, распространил пределы своей державы от Балтийского моря на севере до реки Буг на юге. По примеру хазарских каганов (мусульман) у князя Владимира было, кроме пяти жен, множество наложниц.

Утвердив свою власть, великий князь Киевский Владимир всячески стремился упрочить на Руси языческую религию — многобожие, культ стихийных сил природы. Он установил на киевских холмах идолов Перуна, Хорса, Дажьдбога, Стрибога, Сямарьгла, Мокоши. Этим идолам приносились жертвы, и не раз обгабралась земля Русская невинной кровью.

В 983 году, после удачного похода на ятвягов, князь



Владимир, по обыкновению, решил принести жертву идолам. Бояре бросили жребий, павший на Иоанна, сына варяга Феодора, который был христианином (со времени княгини Ольги в Киеве при храме во имя пророка Божия Или существовала христианская община).

Феодор отказался отдать своего сына-христианина в жертву бездушным идолам, сказав княжеским воинам: «У вас не боги, а дерево; нынче есть, а завтра сгниют... Бог один, Который сотворил небо и землю, звезды и луну, и солнце, и человека...». Разъяренная толпа киевских язычников разрушила дом варягов, под обломками которого Феодор и Иоанн приняли мученическую кончину. Предсмертные слова святого Феодора, переданные великому князю Владимиру, произвели на него сильное впечатление.

Душа князя, взыскавшая истинную веру, не находила покоя. Владимир стал припоминать свое детство и благочестивые

наставления, которые слышал от своей бабки, равноапостольной Ольги. Он начал открыто сомневаться в истинности языческих божеств. Узнав об этом и о его желании принять истинную веру, в Киев стали приходиться проповедники из разных стран. Летописное предание об «испытании вер» повествует, что первыми в 986 году явились послы от болгар-мусульман, живших за Волгой, по реке Каме. Описание мусульманского рая с гуриями понравилось сластолюбивому князю, но обрезание показалось ненужным, а запрет на вино — неприемлемым; он отпустил мусульман с миром, сказав им: «Вино есть веселие Руси, не можем быть без него».

Послы немецких католиков говорили князю Владимиру о величии незримого Бога Вседержителя и ничтожестве языческих идолов. Князь отвечал им: «Идите обратно; отцы наши не принимали веры от Папы».

Продолжение следует

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

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.