



Дедо и Баба

№51 (808)

Газета выходит с 25 июня 2009 г.

16 - 22 декабря 2024 г.

◆ КУХНЯ

<http://iamcook.ru>

Азу с рисом

Ингредиенты

Говядина - 300 г
Длинный рис - 300 г
Морковь - 1 шт.
Лук репчатый - 1 шт.
Маринованный огурец - 1-2 шт.
Масло для жарки - 3 ст.л.
Вода - 150 мл
Соль - 2 ч.л.
Специи - по вкусу
Томатная паста - 1,5 ст.л.
Чеснок - 3 зубка
Калорийность 182 кКал
Время приготовления 1 ч.

Процесс приготовления

Азу с рисом - отличный вариант для сытного, вкусного ужина. Стоит заранее отварить рис, и тогда на приготовление блюда вы потратите совсем немного времени. Для татарского традиционного азу используется говядина, поэтому в данном рецепте используем именно ее. Удобно готовить азу в сотейнике с толстым дном, в сковороде с высокими стенками - в этом случае азу не пригорит и не пристанет ко дну.

Для вариации татарского азу с рисом понадобятся говядина, овощи (морковь, лук, маринованный огурец), чеснок, длинный рис, масло для жарки, соль, специи, томатная паста. Говяжью мякоть нужно промыть и обсушить бумажным полотенцем, затем нарезать небольшими кусочками или соломкой.

Для за жарки измельчите овощи: морковь натрите на крупную терку, луковицу нужно почистить и нарезать кубиками, маринованный огурец нарежьте кубиками или соломкой.

Длинный рис промойте в нескольких водах. Затем залейте его водой в соотношении 1 к 2 и подсолите, сварите до полуготовности (минут 15, помешивая).

На сковороде разогрейте масло для жарки и переложите туда кусочки мяса. Обжаривайте на среднем огне минут 10.

Добавьте в сковороду измельченные овощи. Перемешайте и тушите под закрытой крышкой на слабом огне еще минут 15, помешивая.

На этом этапе можно переложить мясо с овощами в сотейник либо продолжать готовить в сковороде, если она подходит по размерам. Переложите в сковороду вареный рис.

Добавьте томатную пасту и чеснок, пропущенный через специальный пресс. Долейте около 150 мл воды, аккуратно все перемешайте, добавьте соль и специи. Тушите под закрытой крышкой на очень медленном огне еще 30 минут. Периодически перемешивайте азу с рисом.

Подавайте блюдо горячим. Азу можно приготовить как в будний день, так и для праздничного ужина.

Приятного аппетита!



☺ ЗДОРОВЬЕ

Эхинацея пурпурная



Для женщин. Надземная часть эхинацеи содержит фитостерин, что позволяет нормализовать гормональный баланс, восстановить менструальный цикл, избавиться от болезненного ПМС, значительно облегчить состояние в период менопаузы. При этом действуют фитостерин так же, как природные гормоны, без побочных эффектов, свойственных синтетическим препаратам из этой категории. Кроме того, препараты эхинацеи хорошо зарекомендовали себя при лечении гинекологических заболеваний воспалительного характера. **Для мужчин.** Для представителей сильного пола препараты эхинацеи интересны по двум причинам. Во-первых, это благотворное действие активных веществ растения на сердечно-сосудистую систему. Ведь именно мужчины чаще всего страдают от нарушений кровообращения и патологий сердечной деятельности. Во-вторых, это противовоспалительные свойства, которые позволяют использовать эхинацею для лечения простатита. **Для детей.** Считается, что малышам в возрасте до двух лет эхинацея в целом противопоказана, поскольку очень высок риск развития аллергических реакций. Однако в дальнейшем дошкольникам и младшим школьникам эхинацею дают в качестве адаптогена наравне с элеутерококком. Однако для начала нужно убедиться в том, что у ребенка нет на нее аллергической реакции, поэтому для начала дать ее в небольшом количестве и проследить за тем, чтобы не было сыпи...

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».

Противопоказанием к применению эхинацеи является наличие таких легочных заболеваний, как саркоидоз и туберкулез. Нельзя принимать ее препараты при рассеянном склерозе и лейкозе.

◆ ЖИТИЯ СВЯТЫХ

akafist.ru

Святой славный пророк, Предтечи и Креститель Господень Иоанн

Священное Писание сохранило обстоятельства рождения святого Иоанна Предтечи. Родители «большого из пророк», святые праведные Захария и Елисавета, согласно повествованию святого евангелиста Луки, были бездетны и всю свою жизнь молили Бога о даровании чада, но Промыслом Божиим было определено явить им Свою милость лишь в весьма преклонных летах.

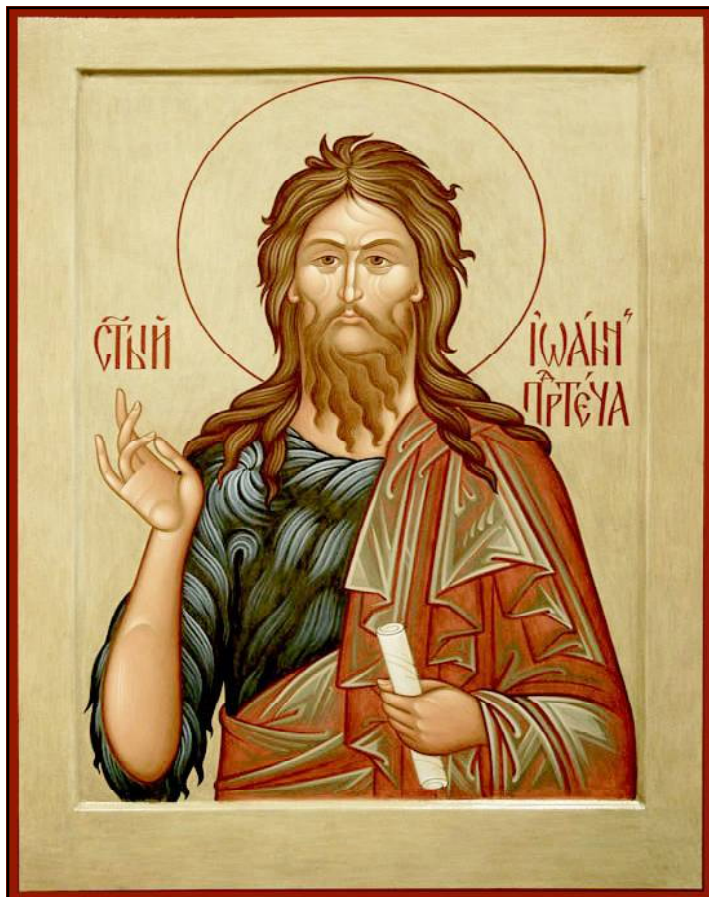
Однажды, когда священник Захария возносил горячие молитвы Богу в Иерусалимском храме, ему вдруг предстал архангел Гавриил по правую сторону жертвенника и предрек старцу скорое рождение сына, который станет провозвестником Мессии, ожидавшегося Ветхозаветной Церковью. Захария усомнился в предсказанном, за что и был наказан немотой.

На восьмой день по рождении Предтечи в дом Захарии пришли родственники и священники, чтобы по еврейскому обычаю совершить над младенцем обряд обрезания. В доме царила великая радость — с рождением ребенка с семьей снималось бесчестие, попущенное Господом. К этому дню полагалось дать младенцу какое-либо имя, и гости решили назвать его Захарией — в честь отца. Однако святая Елисавета, исполнившись

пророческого дара, настаивала на том, чтобы мальчика нарекли Иоанном, что значит по-еврейски «благодать». Все были удивлены, ведь такого имени никто не носил в их роде. Недоумение разрешил сам отец младенца. На вопрос, как же все-таки назвать младенца, он написал на дощечке: «Имя ему — Иоанн». Немедленно узы, связывавшие его речь, разрешились, и святой Захария отверз уста свои и, воздав благодарение Господу, начал пророчествовать о явившемся в мир Мессии, о своем сыне Иоанне — Предтече Господнем и о грядущих событиях.

О чудесном рождении и обстоятельствах его рассказывали по всему Хеврону, в котором находился дом праведных Захарии и Елисаветы, и его окрестностям. Жители вопрошали: «Что будет отрок сей?», некоторые же именовали его будущим царем иудейским.

Когда родился Господь наш Иисус Христос в Вифлееме и пришли волхвы с востока с расспросами о родившемся Царе Иудейском к Ироду, последний послал в Вифлеем своих воинов, чтобы они избили там всех младенцев мужского пола. Не забыл он и о младенце Иоанне из Хеврона, о котором уже слышал много чудесных рассказов. Замышляя убить



отрока Иоанна, он послал в Хеврон убийц. Когда началось избиение младенцев в Вифлееме, вопль и стоны дошли и до Хеврона. Святая Елисавета вместе с Предтечей Иоанном ушла в Хевронские горы. Захария же совершал службы в Иерусалимском храме. Воины, не найдя никого в Хевроне, возвратились к Ироду; тот велел узнать у священника Захарии, где скрывается младенец. Святой Захария отвечал пришедшим, что о местонахождении своего сына он не знает и что сам он, Захария, не боится смерти от рук Иродовых наемников, так как верит, что Господь примет его душу. За эти слова он был убит между алтарем и жертвенником, и кровь его на мра-

морном полу сделалась как камень, в свидетельство преступления Ирода.

Предание упоминает, как праведная Елисавета, видя в пустыне приближающихся воинов, повсюду разыскивающих младенца, обратилась к горе: «Гора Божия, прими мать с сыном!» И гора при этом расступилась и скрыла ее от убийц. Божиим повелением в горе устроилась пещера, заструился источник воды, а у входа в пещеру выросло многоплодное финиковое дерево. По прошествии сорока дней со времени убиения святого Захарии, преставилась и святая Елисавета; младенец же Иоанн был питаем и храним ангелом.

Продолжение следует

**В магазине
ДЕДО и БАБА**
Широкий выбор
Школьных принадлежностей,
НАБОРОВ для ВЫШИВАНИЯ
и множество ЦВЕТНЫХ СХЕМ
для вышивки 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.