

ДОМАШНИЙ ПОВАР

№4 / 2019

ПАСХА



12+

ISSN 2587-8816

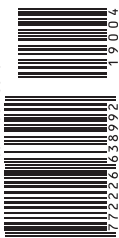


Фото: BilijanPhotos / Shutterstock

Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

СЛЕДУЮЩИЙ ВЫПУСК ЖУРНАЛА «ДОМАШНИЙ ПОВАР» В ПРОДАЖЕ С 6 МАЯ



Из этого справочника вы узнаете, как экономить на еде правильно. Ведь даже используя недорогие продукты, вполне можно не только составить полноценное меню на каждый день, но и сделать его очень полезным.

В этом справочнике вы найдете:

- рецепты **бюджетных и полезных блюд** на завтрак, обед и ужин;
- идеи приготовления нескольких блюд **из одного продукта**;
- рецепты вкуснейших **салатов и закусок** «из ничего»;
- необычные **запеканки** и открытые **пироги**;
- оригинальные рецепты горячих блюд и гарниров **из круп и овощей**;
- простые рецепты **выпечки и десертов**.

А также:

- время приготовления блюд, их калорийность, количество порций;
- полезные советы.

4 ОТ РЕДАКЦИИ

- 5 Пасха: от истоков к современности
6 Возвращение праздника

ПЕЧЕМ

- 8 Кулич престольный
9 Кулич «По-царски»
10 Кулич «Сдобный»
11 Ванильный кулич
со свежими ягодами
Лимонный кулич с изюмом
12 Творожный кулич под глазурью
13 Кулич с грецким орехом
14 Баба пасхальная «Муслиновая»
15 Баба пасхальная пуховая
16 Пасхальный барашек
«Классический»
17 Пасхальный барашек «Кудрявый»
18 Медовые пасхальные пряники
19 Имбирные пасхальные пряники
20 Голландский паасброд
21 Греческие цуреки

ГОТОВИМ

- 24 Выбираем творог
на рынке и в магазине
25 Творог для пасхи готовим сами
26 Пасха медовая
27 Пасха малиновая
28 Пасха с кремом из кураги
29 Пасха с имбирем
и грецкими орехами
30 Пасха заварная в обсыпке
31 Пасха заварная шоколадная
Пасха заварная
32 Пасха сметанная «Купеческая»
33 Пасха сметанная «По-сибирски»
Пасха сметанная «Лимончик»
36 Творожная запеканка с грушами
37 Творожная запеканка «Десертная»
Запеканка с зелеными яблоками
38 Секреты приготовления
творожной пасхи

УКРАШАЕМ И ГОТОВИМСЯ

- 40 Яичко ко Христову дню
41 Читаем писанки
42 Красим яйца
44 Как накрыть пасхальный стол
46 Страстная неделя:
чтобы быт не поглотил бытие
48 Яйца Фаберже –
императорский подарок

ПРАЗДНУЕМ

- 50 Особенности пасхального
богослужения
51 Как вкушать освященные продукты
53 Светлая пасхальная седмица
Мясные и рыбные блюда
54 Пасхальный борщ
с квашеной капустой
55 Баранина с весенним ароматом
56 Жюльен из семги
57 «Мимоза» со скумбрией
Традиционные пасхальные напитки
58 Сбитень классический
Морс брусничный
59 Овсяный кисель
Монастырский чай
Угощение на Красную горку
60 Салат «Зайчик»
61 Зразы из телятины с сельдереем
Нежная творожная шарлотка
Угощение на Радоницу
62 Холодец из мясного ассорти
63 Кутья
Блинчики с творогом
и маковой заливкой
Пасхальные игры с детьми
64 Игра в каточки
65 Чоканье яйцами, или биточки
Поиски яйца
Сдувалки



ПОВАР

«Домашний повар». Выпуск № 4 (24)/2019
«Пасха».

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77-70080 от 07.06.2017 г.

Учредитель, редакция и издатель:
© ООО «ИД «КАРДОС».

Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.

Адрес редакции:

115088, г. Москва, ул. Угрешская, д. 2, стр. 15.
e-mail: telek@kardos.ru

Адрес издателя: 105187, г. Москва, ул. Щербаковская, д. 53, корпус 4, этаж 3, комн. 307б.

Главный редактор БАКЛАНОВ С.С.

Тел. 8-495-937-41-31

зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

выпускающий редактор ЖУЧКОВА С.С.

билд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

верстка-дизайн НАЙДЕНОВ А.А., ЛЕХТОНЕН И.П.

Директор департамента дистрибуции
ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-933-95-77, доб. 220

Менеджер по подписке ЕФРЕМОВА С.Н.

тел. 8(495) 933-95-77, доб. 237

Заместитель генерального

директора по рекламе и PR

ДАНДЫКИНА А.Л.

Тел. 8-495-792-47-73

e-mail: reklama@kardos.ru

Ведущие менеджеры отдела рекламы

ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В.

Ведущие менеджеры по работе с рекламными
агентствами ЖУЙКО О.В., ГРИГОРЬЕВА Л.А.

Время подписания в печать
по графику: 17.00 час. 27.03.2019 г.,
фактическое: 17.00 час. 27.03.2019 г.

Дата выхода в свет: 08.04.2019 г.

Отпечатано в типографии

ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195 027,

Санкт-Петербург, ул. Якорная, д.10, кор.2, литер. А, пом. 44.

Тираж 302 000 Номер заказа ТД - 1711

Для читателей старше 12 лет. Объем 3 п.л.

Розничная цена свободная.

Использованы фото архива ООО «ИД «КАРДОС», www.shutterstock.com и открытых интернет-источников. Редакция не несет ответственность за достоверность рекламных материалов. Сайт журнала www.kardos.media
Подписной индекс П5927 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ»
и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>

Редакция имеет право публиковать любые присланные в свой адрес произведения, обращения читателей, письма, иллюстрационные материалы. Факт пересылки означает согласие их автора на использование присланных материалов в любой форме и любым способом в изданиях

ООО «ИД «КАРДОС»

ОТ РЕДАКЦИИ

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Приближается самый светлый христианский праздник – Пасха. Великий пост завершается, христиане проделали большую духовную работу, и скоро радость поселится в каждом сердце. Мы вновь скажем близким и незнакомым людям: «Христос воскресе!», и услышим в ответ «Воистину воскресе!» А пока есть время, чтобы продумать праздничное меню, подготовить украшения, закупить продукты. Мы уже начали готовиться к Пасхе и готовы помочь вам подсказками и рецептами. В посвященном Празднику праздников выпуске «Домашнего повара» вы найдете:

- Советы по выходу из Великого поста, рецепты блюд для разговения.
- Блюда для праздничного пасхального стола:
 - куличи и пасхи по старинным и современным рецептам,
 - оригинальные и традиционные способы крашения яиц,
 - советы по приготовлению пасхальной выпечки,
 - мясные и рыбные рецепты, весенние салаты.
- Рецепты блюд на Красную горку и Радоницу.
- Идеи по украшению пасхального стола.
- Затеи для детей на Светлой седмице.

ГОТОВЬТЕ С НАМИ, ВСТРЕЧАЙТЕ ПАСХУ С
ЧИСТОЙ ДУШОЙ И СВЕТЛЫМИ МЫСЛЯМИ!

Пасха: от истоков к современности



Пасха – это главный христианский праздник. В этот день все христиане в мире отмечают Воскресение Христа. Это не просто религиозное событие, Пасха – символ возрождения, весны, символ надежды и веры в счастливое будущее.



Э тот праздник пришел к нам из глубокой древности. Еще до появления Христа евреи отмечали свое освобождение от египетского гнета. Само название праздника – Пасха – происходит от древнееврейского слова «песах», что означает «исход», «освобождение», «пощада».

День празднования Пасхи был выбран на первом Вселенском соборе Церкви. Собор постановил: выбирать дату Пасхи, исходя из следующих факторов: полнолуние, равноденствие,

воскресенье. Поэтому Пасху отмечают в первое воскресенье после полнолуния от весеннего равноденствия.

В Россию многие традиции празднования Христова Воскресения пришли из Византии. Но есть и особенные, только наши. Например, во время богослужения священник переодевается несколько раз. Пасха считается Праздником всех праздников. Меняя одежду разного цвета, священник отдает дань почитания всем церковным торжествам.

Возвращение праздника

Пасха была одним из самых значимых праздников и в царской семье. Николай II поддерживал традицию христосоваться с простыми людьми. Это служило символом равенства людей перед Богом и демонстрировало нерушимость триады «православие – самодержавие – народность».



Антон Юрчи. Getty Images / Shutterstock.com



Христосование давалось императору нелегко физически, но радостно. Продолжалось оно, как правило, 4 дня. В своем дневнике он записал: «23 марта 1896 г. – 288 человек. Легли спать около 4 часов утра, когда заря уже занималась.

В 11.30 началось христосование со всеми людьми в Малахитовой; почти 500 человек получили яйца. 26 марта – большое христосование со всеми фельдфебелями, вахмистрами и пасхальными караулами».

К завершению христосования щека императора и рука императрицы распу-

хали от бесконечных прикосновений.

Пасхальные традиции пришли к нам из глубины веков. Но, к сожалению, в нашей стране этот праздник всенародно отмечался не всегда. В советские годы все религиозные праздники были запрещены, и люди отмечали Пасху тайком, собираясь на могилах ушедших родственников. Нам повезло увидеть возрождение Великого праздника. Многие традиции вернулись, и мы снова празднуем Светлое Христово Воскресение, снова печем куличи, готовим пасху и верим в завтрашний день!



ПЕЧЕМ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

С пасхальным столом тесно связана традиционная выпечка. Традиция преломлять хлеб после торжественной службы уходит корнями в глубокую древность.

У нас самым верным символом Пасхи является кулич. Высокий, сдобный, с пышным кружевным телом. Название этого десерта вызывает споры и по сей день. Одно из мнений предполагает, что название «кулич» связано со словом «калач». Изначально и то и другое происходит от славянского «коло» – круг, солнце. Но есть исследователи, которые считают, что «кулич» ведет свое начало от греческого слова, которое так и переводится, как «хлеб круглой или овальной формы».

Кулич престольный



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 В теплое молоко добавить живые дрожжи, размешать до полного растворения. Две трети муки пересыпать в большую емкость и добавить молоко с растворенными дрожжами. Добавить 450 г сахара.
- 2 В отдельной емкости разбить все яйца и хорошо взболтать их вилкой. Добавить к молочно-мучной смеси. Влить туда же растопленное топленое масло. Ложкой замесить тесто, вымешивать до получения густой однородной массы. На этом этапе тесто нужно поставить в теплое место примерно на час, чтобы оно успело подняться.
- 3 Подосевшее тесто нужно немного обмять и вводить оставшуюся муку порциями. В зависимости от объема ингредиентов и, соответственно, предполагаемого объема пасхальных куличей, понадобится еще около 500 г муки.
- 4 Теперь вымешивать тесто надо руками. Руки нужно смазать растительным маслом и продолжать вымешивать тесто до тех пор, пока оно перестанет прилипать к рукам. Тесто накрыть пищевой пленкой и поставить в теплое место на 2,5 часа.
- 5 Тесто снова обмять и разложить в подготовленные формочки разных размеров. Заполнять формочки тестом следует не более чем на две трети, а лучше наполовину. Поставить куличи в духовку, разогретую до температуры 100 градусов. Через 10 минут включить духовку на 180 градусов и выпекать до готовности, проверяя куличи деревянной шпажкой.
- 6 Для глазури белки взбить с сахарной пудрой до получения густой пены. Смазать макушки куличей, а сверху посыпать готовой присыпкой, измельченными орехами или цукатами.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 мл молока
- 100 г живых дрожжей
- 450 г сахара
- 6 яиц
- 500 г топленого масла
- 1 кг 200 г муки
- 200 г сахарной пудры
- 3 белка для глазури



16
порций

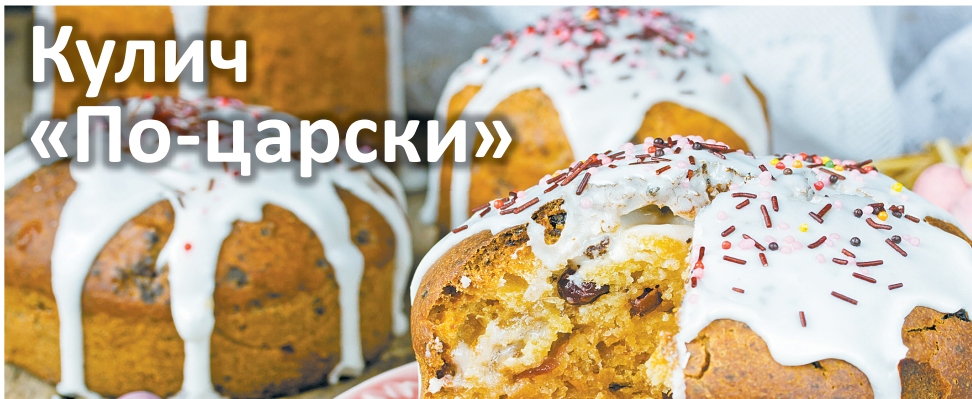


348
кКал



4
часа

Кулич «По-царски»



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 В стеклянной посуде раскрошить дрожжи, добавить 3 столовых ложки сахара, 3 столовых ложки муки, 200 г теплого молока. Слегка размешать и поставить на 15 минут в теплое место. Должна образоваться «живая» пена.

2 Хорошо взбить 3 яйца с двумя стаканами сахара, 0,5 стакана подсолнечного масла и 0,5 литра сметаны. Соединить первую и вторую части теста, остатки молока (300 г) подогреть примерно до 50 градусов и влить в смесь. Подогретую муку (пусть стоит на плите, когда разогрета духовка) просеять и всыпать в смесь до получения консистенции сметаны. Понадобится примерно 600-700 г муки. Поставить опару в теплое место. Каждые 30 минут опускать и вымешивать.

3 Через 2,5-3 часа добавить 250 г размягченного сливочного масла, оставшиеся 7 яиц и 1 стакан сахара. Все это сначала отдельно взбить до растворения сахара. Поместить все в большую емкость. Постепенно добавлять муку. Тесто не должно липнуть к рукам и посуде. Вымешивать нужно долго и интенсивно, потом поставить в теплое место и дать дважды подняться. Когда тесто увеличится в 2 раза, аккуратно опускать и замешивать снова. После второго перемешивания нужно добавить 1 стакан промытого и просушенного изюма.

4 Тесто разложить в подготовленные формочки. Дать постоять. Как только куличи увеличатся вдвое, поставить выпекать при температуре 180 градусов. Проверять готовность куличей можно длинной деревянной шпажкой. Готовые куличи выложить на кровать, застеленную двумя полотенцами, и оставить отдыхать (остывать). В это время приготовить глазурь из половины стакана сахара и одного белка. Намазать остывшие куличи и сверху посыпать украшениями.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

10 яиц
0,5 л сметаны
250 г сливочного масла
3 стакана сахара
0,5 л молока
0,5 стакана подсолнечного масла
2 кг 300 г муки
соль по вкусу
пакетик ванильного сахара
100 г свежих дрожжей
1 стакан изюма
украшения для верхушки



12 порций



360 кКал



4 часа
30 минут

Кулич «Сдобный»



Автор фото: Анастасия Парик, галерея, Ольга Ланорова Shutterstock.com

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 За сутки до приготовления кулича подготовить шафрановую воду: залить щепотку шафрана 10 мл кипятка, размешать и дать настояться.
- 2 Взбивать мягкое масло и 1 стакан сахара, пока масса не станет белой и воздушной. Добавить соль, желтки, мускат, шафрановую воду, лимонную цедру и ванильный сахар. В теплом молоке растворить дрожжи. Добавить полстакана сахара, половину муки, перемешать руками и поставить в теплое место. Когда опара увеличится в размерах, вмешать в нее взбитую масляную смесь. Как следует вымесить массу деревянной ложкой.
- 3 Взбить миксером 3 белка в некрепкую пену и, добавив в тесто, замесить его. Готовое тесто должно быть гладким, без комков. Переложить тесто в чашу, накрыть большим полотенцем и поставить в теплое место. Тесто должно подняться в течение 3-4 часов. После того как тесто поднимется, обмять его и дать еще раз подняться. Во второй раз тесто поднимется значительно быстрее. Цукаты и изюм обвалить в муке. Когда тесто поднимется во второй раз, вмешать в него цукаты и изюм.
- 4 Смазать формы маслом, выстелить дно калькой. Внутреннюю поверхность обсыпать мукой. Разложить тесто по формам чуть меньше, чем наполовину. Поставить тесто на расстойку и дать ему хорошо подняться. На это может потребоваться около 2 часов. В разогретую до 160 °С духовку осторожно поместить куличи. Не открывать духовку первые 40 минут. После того как куличи поднялись, увеличить температуру до 180 °С. Через 50 минут после начала выпекания проверить шпажкой, пропеклось ли тесто. Если тесто еще не пропеклось, а верх кулича начинает подгорать, накрыть его фольгой.
- 6 Достать куличи из духовки и вынуть из форм после остывания. Для глазури: белок взбить до бела, постепенно всыпая сахарную пудру. Добавить лимонный сок, продолжая взбивать. Нанести глазурь на остывшие куличи.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 яйца

250 г сливочного масла

1,5 стакана сахара

4,5 ст. л. цукатов

1,5 ч. л. сухих дрожжей

1,5 стакана молока

0,7 кг муки

1,5 ч. л. ванильного сахара

50 г темного изюма

1,5 ч. л. лимонной цедры

2 стакана сахарной пудры

лимонный сок, соль,

шафран и мускатный

орех по вкусу



8 порций



330 кКал



12 часов

Ванильный кулич со свежими ягодами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

60 г муки
50 г сахара
50 г сливочного масла
20 мл молока, 2 яйца
1 ч. л. разрыхлителя
100 мл 35 % сливок
1 клубника
2 ст. л. сахарной пудры
ванильная эссенция по вкусу
ягоды для украшения



2 порции



294 кКал



1 час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 В миске растолочь вилкой мягкое сливочное масло и сахар, добавить яйца, взбить миксером до однородности. Затем добавить муку и разрыхлитель.

2 Добавить в молоко ванильную эссенцию, размешать и влить в тесто. Все хорошо вымесить и вылить в форму.

3 Выпекать при 180 градусах около 30 минут. Готовность проверить зубочисткой. Остывший кулич украсить взбитыми с сахарной пудрой сливками и ягодами.



СОВЕТ

- Для такого количества продуктов подойдет бумажная форма 9 см в диаметре.

Лимонный кулич с изюмом

ИНГРЕДИЕНТЫ:

5,5 ст. л. молотого миндаля
2 стакана изюма
5 ст. л. темного рома
1,5 лимона
350 г сливочного масла
1,5 стакана сахара
5 яиц
650 г муки
1,5 ч. л. разрыхлителя
0,5 стакана молока



4 порции



312 кКал



2 часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Формы для запекания (количество ингредиентов позволяет приготовить 3 кулича объемом примерно по 700 мл) промазать маслом и обсыпать миндалем. Духовку разогреть до 180 градусов, изюм замочить в небольшом количестве рома. Из лимона выжать сок, а цедру натереть на терке.

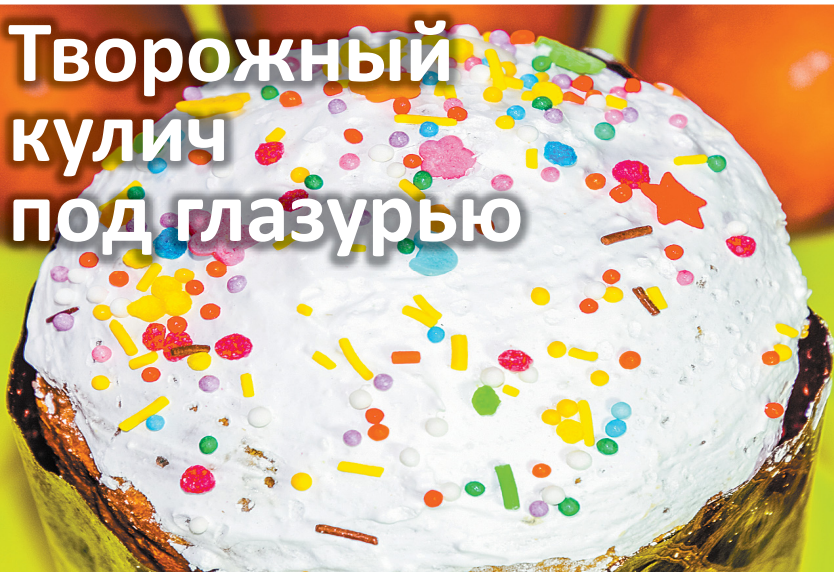
2 Сливочное масло взбить с сахаром, чтобы сахар полностью растворился. По одному ввести яйца и все перемешать. Добавить три четверти объема цедры и лимонный сок, перемешать. Муку смешать с разрыхлителем. Добав-



лять в тесто по очереди немного молока и муки, быстро все смешивая. Тесто должно получиться густым, поэтому важно не перелить молока. Изюм отжать, присыпать мукой и вмешать в тесто.

3 Каждую форму наполнить тестом на половину объема и печь в духовке примерно 60 минут.

Творожный кулич под глазурью



Автор фото: Анастасия Ермакова, www.by5.com.ua

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан муки
1,5 стакана творога
2 стакана сахара
100 г сливочного масла
3 яйца
1 ст. л. разрыхлителя
орехи, цукаты, изюм по вкусу
соль по вкусу



6 порций



353 кКал



от 30 мин.
до часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца растереть со стаканом сахара, затем добавить расплавленное сливочное масло, предварительно его остудив. Все перемешать, добавить щепотку соли.
- 2 В полученную смесь добавить творог. Можно предварительно творог протереть через сито, чтобы тесто в дальнейшем получилось более однородным.
- 3 Постепенно добавить муку с разрыхлителем, заранее просеять ее через сито (по желанию).
- 4 Тесто должно получиться не сильно вязким. Добавить изюм, цукаты, орехи.
- 5 Выложить в форму, поставить в духовку, разогретую до 180 градусов. В зависимости от формы тесто может выпекаться от 10 минут до 1 часа. Готовность можно определить с помощью зубочистки.
- 6 Получившиеся творожные куличики сверху полить глазурью (белок, хорошо взбитый с сахаром) и посыпать конфетти.

СЕКРЕТЫ УДАЧНОГО КУЛИЧА

- Кулич не терпит перепадов температуры. Поэтому в помещении, где он будет готовиться, должно быть тепло, никаких сквозняков.
- Теплыми (но не горячими!) должны быть и все продукты. Их заранее достают из холодильника, чтобы их температура сравнялась с комнатной.

Кулич с грецким орехом



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 В теплом молоке растворить дрожжи, добавить 2 столовые ложки сахара. Отправить в теплое место для брожения.
- 2 Отделить желтки от белков. Желтки взбить с оставшимся сахаром до белой консистенции. Добавить растопленное не горячее сливочное масло, хорошо размешать. Добавить ванилин, соль. Взбить яичные белки до густой пены.
- 3 Все соединить. Постепенно ввести просеянную муку.
- 4 Вымешивать тесто до тех пор, пока оно не будет отходить от рук. По необходимости можно еще добавить муки. Накрывать крышкой/пищевой пленкой и поставить в теплое место на 4 часа.
- 5 В подошедшее тесто добавить вымоченный изюм и дробленые орехи. Хорошо вымесить тесто. Разложить по формам – формы заполнять на одну треть. Дать подниматься тесту минимум до краев формы.
- 6 Поставить в духовку на 10 минут при 50 градусах, затем на 10 минут при 100 градусах и уже окончательно выпекать при 180.
- 7 Для глазури взбить яичный белок с сахарной пудрой в белую густую массу. По желанию посыпать кондитерской посыпкой. Поставить в духовку для затвердения глазури на 5 минут при 100 градусах. Если глазурь темнеет, срочно уменьшить температуру либо вытащить.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан молока
12 ст. л. сахара
1,5 ч. л. дрожжей
5 яиц
1 белок
4 ст. л. грецких орехов
650 г муки
250 г сливочного масла
1,5 стакана сахарной пудры
соль по вкусу
пакетик ванильного сахара
1 стакан светлого изюма





Баба пасхальная «Муслиновая»

Старинный рецепт

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан муки
15 желтков
1,5 стакана сахара
100 г сливочного масла
60 г дрожжей
0,5 стакана молока
ванилин по вкусу



2
порции



347
кКал



3
часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Желтки влить в эмалированную кастрюлю и добавить сахар, вставить ее в кастрюлю большего размера с горячей водой и взбивать желтки венчиком до тех пор, пока масса не побелеет и не загустеет.
- 2 Добавить подготовленную опару. Для этого дрожжи развести в теплом молоке, добавить 1 столовую ложку муки, 1 чайную ложку сахара, размешать, дать опаре подняться.
- 3 Соединить опару со взбитыми желтками, добавить стертую в порошок 1 столовую ложку ванили и стакан просеянной и слегка подогретой пшеничной муки. Тесто взбивать не менее получаса, после чего влить в него растопленное, но не горячее, а чуть теплое масло и снова взбивать около 20 минут. Поставить тесто для брожения в теплое место.
- 4 После того как тесто поднимется, положить его в смазанную маслом и немного подогретую рифленую форму для баб. Когда тесто вновь подойдет и заполнит форму до краев, осторожно, избегая толчков, поставить форму в хорошо нагретую духовку. Время выпечки при температуре 180 °C около 60-70 минут.
- 5 Готовую бабу осторожно остудить на мягком (можно выложить на подушку или на кровать), пропитать сиропом и посыпать сверху орешками для украшения.

Баба пасхальная пуховая



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 стакан пшеничной муки заварить кипящим молоком и очень тщательно растереть, чтобы не было комочков. Прикрыть и дать остыть до комнатной температуры. Потом положить дрожжи, размешать и, прикрыв опару, дать ей подойти.
- 2 Желтки и сахарную пудру взбить венчиком до образования пышного белого крема. Взбитые желтки и еще стакан муки добавить в опару и хорошо вымесить, чтобы тесто отставало от посуды и рук. После этого добавить растопленное сливочное масло, рюмку рома и щепотку соли. Снова тщательно вымесить тесто рукой, в конце замеса всыпать изюм.
- 3 Тесто выложить в обильно смазанную мягким маслом форму, прикрыть салфеткой и, когда тесто подойдет, поставить в хорошо нагретую духовку на 50-55 минут.
- 4 Когда готовая баба остынет, вынуть ее из формы и по желанию покрыть глазурью.

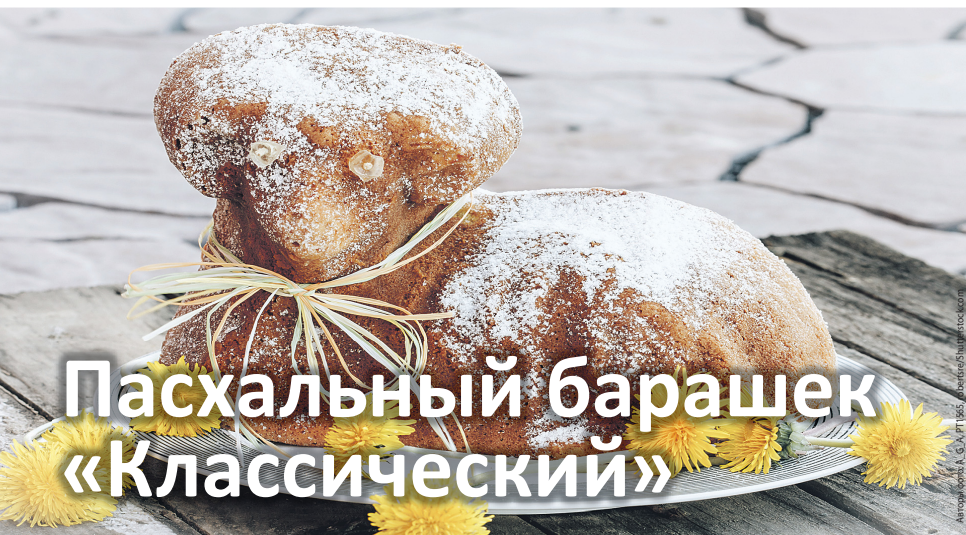
ПРОПИТКА ДЛЯ БАБЫ

- Традиционно бабу принято пропитывать сахарным сиропом, ароматизированным ромом, коньяком или ликером. Для сиропа надо взять сахар и воду 1:1, вскипятить, охладить и добавить по вкусу алкоголь. Бабу можно пропитать, погрузив ее в жидкость или поливая сверху.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

70 г дрожжей
0,5 стакана молока
10 желтков
130 г сахарной пудры
150 г сливочного масла
30 мл рома
2 ст. л. изюма
2 стакана муки
соль по вкусу





Пасхальный барашек «Классический»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

250 г сливочного масла
250 г сахара
5 яиц
160 г муки
100 г крахмала
пакетик разрыхлителя
ванилин по вкусу
соль по вкусу



4
порции



400
кКал



1 час
30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Взбить сливочное масло с сахаром до получения однородной массы. Не прекращая взбивать, ввести 1 яйцо. Все также взбивая, добавить еще 1 яйцо. Взбивать, пока не получится однородная масса, которая будет в объеме больше, чем в самом начале.
- 2 Просеять муку с крахмалом. Добавить к ним соль и ванилин (по щепотке). Постепенно ввести все это в масляную массу. Взбивать еще 2 минуты.
- 3 Смазать форму маслом. Удобно для этого брать силиконовую кисточку. Вылить тесто в форму.
- 4 Разогреть духовку до 180 градусов. Поставить туда форму с тестом. Выпекать барашка в духовке 50 минут. Проверить готовность можно зубочисткой.
- 5 Для украшения можно посыпать сахарной пудрой.

КАК СДЕЛАТЬ БАРАШКА, ЕСЛИ НЕТ ФОРМЫ

- Барашка вполне можно слепить и без формы. Для этого лучше всего подойдет эластичное дрожжевое тесто.

Тело барашка представляет собой два овала: побольше и поменьше. И четыре прямоугольника для ножек. Можно в большом овале соединить несколько круглых пирожков с разной начинкой. Тогда наш барашек станет кудрявым, а всем, кто его пробует, будет интересно угадывать, какая начинка ему сейчас достанется.

Пасхальный барашек «Кудрявый»



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Молоко, масло и яйца должны быть комнатной температуры. Пару ложек масла надо отложить для смазывания формы. Яйца тщательно взбить, постепенно всыпая сахар. Должна получиться воздушная пушистая масса.

2 Добавить масло и молоко, хорошенько перемешать. Просеять муку с разрыхлителем и перемешивать до получения кексового теста.

3 Натереть на мелкой терке цедру апельсина. Изюм замочить на 5 минут в теплой воде, затем промокнуть бумажным полотенцем и обвалить в муке. Добавить изюм и цедру в тесто. Разогреть духовку до 180 градусов.

4 Чтобы барашек легко доставался из формы и не развалился в процессе, нужно тщательно подготовить форму. Смазать ее кисточкой сливочным маслом, стараясь пройти по всем углублениям. А затем присыпать манкой, также стараясь не пропустить ни одного участка, иначе именно в этом месте кекс может пристать. Излишки манки нужно стряхнуть.

5 Перелить тесто в подготовленную форму, разровнять лопаткой так, чтобы тесто попало в выемки для ушей и мелких деталей. Теста должно быть столько, чтобы оно заняло полностью всю форму. Выпекать час. Проверять готовность следует шпажкой через отверстие для выхода пара. Когда барашек остынет, можно сделать ему шубку. Сметану смешать с сахаром, обмазать этим кремом агнца и затем обильно присыпать кокосовой стружкой. Из изюма можно сделать глазки и носик.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 яйца
350 г муки
180 г сливочного масла
280 г сахара
170 мл молока
1,5 ч. л. разрыхлителя
50 г изюма
1 ч. л. цедры апельсина
1,5 ст. л. манной крупы
120 г сметаны
0,5 стакана кокосовой стружки



10 порций

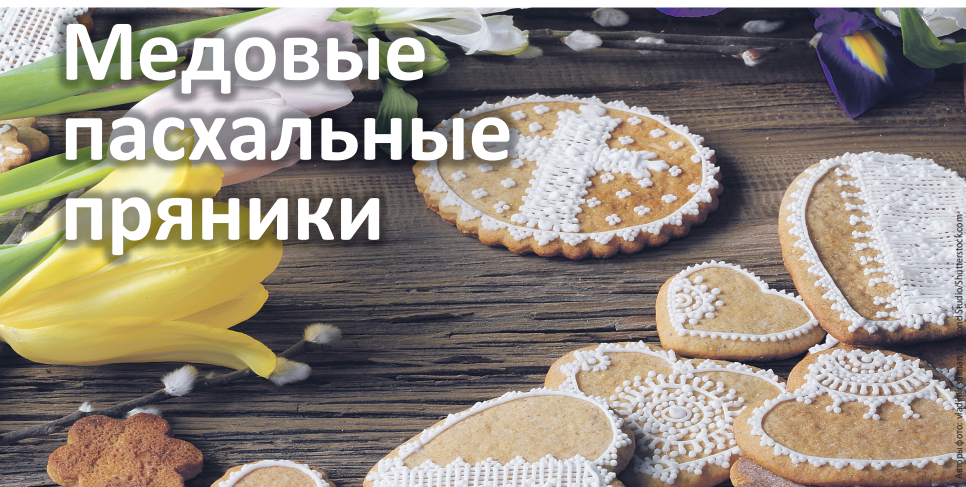


337 кКал



3 часа
30 минут

Медовые пасхальные пряники



ИНГРЕДИЕНТЫ:

250 г меда
150 мл воды
170 г сахара
4 яйца
1 ч. л. соды
1 лимон
700 г муки
1 ст. л. растительного масла
корица, анис, гвоздика по вкусу
пакетик ванильного порошка

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Воду прогреть до кипения и снять с плиты, остудить до теплого состояния и залить в нее мед. Тщательно перемешать до полного растворения меда.

2 Сахарный песок протереть до состояния порошка, от всего объема сахарной пудры отсыпать 3 большие ложки, это количество потребуется для приготовления глазури. Остальную часть пересыпать в емкость, выложить куриное яйцо и три яичных желтка. Один белок можно оставить для приготовления глазури. Всыпать в смесь поочередно специи и хорошо размешать.

3 Лимон залить горячей водой и оставить на пару минут. С поверхности лимона срезать цедру и нарезать ножом на мелкие кусочки. Выложить порубленную цедру в основу и размешать. Соду погасить лимонным соком. Взбить все компоненты до образования пышной и воздушной массы. Влить медовую воду и снова взбить.

4 Небольшими порциями в смесь ввести муку. После того как тесто загустеет, продолжить месить руками. Скатать тесто в шар, обернуть пищевой пленкой и положить в холодильник часов на шесть, а лучше на ночь.

5 Тесто раскатать скалкой в пласт толщиной 6-7 мм. Формочками вырезать фигурки. Протвень застелить пергаментной бумагой и выложить на него формочки из теста.

6 Запекать пряники в течение 10-12 минут в хорошо разогретой духовке. Сделать глазурь: для этого в миску насыпать сахарную пудру и выложить яичный белок. При помощи миксера взбить до образования однородной и пышной глазури. Остывшие пряники смазать глазурью.



8 порций



361 кКал



40 мин. + 8 часов

Имбирные пасхальные пряники



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 В небольшую кастрюлю выложить мед, сахар и масло. Поместить емкость на водяную баню и греть, пока не растворятся все компоненты. В небольшой миске смешать специи, какао-порошок, потереть имбирь на мелкой терке. С лимона и апельсина снять цедру.

2 Тщательно смешать все ингредиенты. В емкость с масляно-медовой смесью всыпать сухие компоненты из какао и пряностей. Хорошо размешать и снять с огня. Остудить смесь до теплого состояния.

3 Муку просеять вместе с разрыхлителем. Засыпать в жидкую массу часть муки и хорошо перемешать, добавить желтки, ром и замесить. Высыпать оставшуюся муку и руками домесить тесто. Скатать тесто в шар и, обернув пищевой пленкой, положить в холодильник на ночь. Раскатать тесто в пласт толщиной полсантиметра. Вырезать из пласта фигурки. Выложить на противень на пекарскую бумагу и выпекать 7-10 минут при температуре 180 градусов. Остывшие пряники украсить глазурью.

ЧЕМ УКРАСИТЬ ПРЯНИКИ

● Белая глазурь на румяном прянике выглядит очень нарядно. Для ее приготовления на стакан сахарной пудры берут один белок и все тщательно взбивают. С помощью кондитерского мешочка наносят сначала контур, а затем покрывают всю поверхность пряника. Для ровной заливки помогают себе зубочисткой. Цветная глазурь получается с помощью пищевых красителей.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г меда
1 кг 250 г муки грубого помола
360 г сливочного масла
1 стакан сахара
50 г имбиря
2 ст. л. какао
2 желтка
1 апельсин
1 лимон
75 мл рома
2 ч. л. разрыхлителя
соль и специи по вкусу



Голландский паасброд



ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г муки
250 мл молока
7 г сухих дрожжей
50 г сливочного масла
1 яйцо
1 ч. л. сахара
2 ст. л. сахарной пудры
растительное масло

Для миндальной пасты:

150 г нежареного миндаля
150 г сахара
сок половины лимона
2 желтка

Для начинки:

300 г изюма
100 г сушеной клюквы
по 50 г засахаренных вишен, грецких орехов, миндаля
4 ст. л. рома



8 порций



310 кКал



3 часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 В большой миске растопить масло, добавить молоко и подогреть до 40 °С. Отделить 100 мл смеси. В оставшуюся часть ввести дрожжи, сахар и размешать до растворения. Добавить 100 мл масляно-молочной смеси, яйцо, соль, просеянную муку. Вымесить тесто 15 минут. Сформировать шар, положить в смазанную растительным маслом миску, накрыть и оставить в теплом месте на 40 минут. Для начинки изюм и клюкву замочить в роме на 30 минут. Затем слить остатки рома, сухофрукты обсушить. Вишню, грецкие орехи и миндаль порубить.

2 Для пасты миндаль мелко порубить или растереть в ступке. Пользоваться блендером нельзя, иначе образуется слишком много миндального масла. Добавить сахар и сок лимона. Хорошо перемешать, убрать в холодильник. Перед использованием ввести в пасту желтки, перемешать. Сформировать брусок-колбаску длиной 30 см.

3 Тесто обмять, быстро вымесить и добавить орехи, сухофрукты, вишню. Вымесить, раскатать в овал или прямоугольник (примерно 20х30 см), выложить на смазанной маслом противень.

4 Миндальную массу поместить на середину пласта и накрыть ее с двух сторон тестом, края аккуратно защипнуть. Заготовку перевернуть швом вниз, накрыть и оставить в теплом месте на 45 минут. Затем обмазать молоком, поставить в центр разогретой до 180 °С духовки примерно на 30 минут. Переложить на решетку, обмазать топленным маслом, остудить. Перед подачей посыпать сахарной пудрой, нарезать толстыми ломтями. В Голландии эту выпечку называют «пасхальный хлеб».

калорийность указана на 100 г продукта



Греческие цуреки

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Для опары смешать 3 ст. л. теплого молока, 1 ст. л. муки, немного сахара и дрожжи. Поставить в теплое место на час.
- 2 В большой миске смешать оставшееся слегка подогретое молоко, сахар, яйцо и размягченное сливочное масло. Добавить миндальную муку, как следует размешать.
- 3 Стручок ванили разрезать вдоль, выскоблить содержимое и добавить в миску.
- 4 Ввести в яично-молочную смесь готовую опару и постепенно добавлять муку маленькими порциями, пока не получится эластичное тесто. Накрыть его полотенцем и оставить для расстаивания в теплом месте без сквозняков.
- 5 Готовое тесто разделить пополам, из каждой части скатать колбаску и слепить из них косичку. Накрыть полотенцем и оставить еще на 30 минут. Перед отправкой в духовку смазать косичку желтком и посыпать миндальными лепестками. Выпекать в разогретой до 200 градусов духовке в течение получаса. Готовность проверить зубочисткой.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

- Цуреки используются в качестве подставки под крашенные яйца. Для этого яйцо вставляют прямо в тесто перед тем, как смазать его яйцом. Если косичку свернуть кольцом, яйцо можно поставить в середину.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 стакана муки
- 3 ст. л. миндальной муки
- 1 стакан молока
- 1 яйцо
- 1 желток
- 2 ст. л. сахара
- 50 г сливочного масла
- 1 ч. л. сухих дрожжей
- стручок ванили или пакетик ванильного сахара
- миндальные лепестки для украшения



4 порции

288 кКал

3 часа

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
С 1 апреля вы можете оформить
ПОДПИСКУ на наши издания
на 2-е полугодие 2019 года!

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях связи и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>



Подписной индекс **П2940**
 в каталоге «Почта России»
 Газета выходит 2 раза в месяц
 000 «ИД «КАРДОС». 12+

Стоимость ПОДПИСКИ на «ДАЧА pressa.ru» на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (2 номера)	54,79 руб.*
6 месяцев (12 номеров)	328,74 руб.*

Подписной индекс **П2960**
 в каталоге «Почта России»
 Журнал выходит 1 раз в месяц
 000 «ИД «КАРДОС». 12+

Стоимость ПОДПИСКИ на «ДАЧНЫЙ СПЕЦ» на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (1 номер)	30,21 руб.*
6 месяцев (6 номеров)	181,26 руб.*

Темы журнала «Дачный спец» во 2-м полугодии 2019 года**

Июль	Овощные заготовки: кабачки, баклажаны, капуста	в продаже с 01.07.19
Август	Заготовки на зиму: помидоры, свекла, морковь	в продаже с 05.08.19
Сентябрь	Лук и чеснок: посадка, уход, защита	в продаже с 02.09.19
Октябрь	Яблоня и виноград: сорта, уход, защита	в продаже с 07.10.19
Ноябрь	Розы: сорта, уход, дизайн	в продаже с 02.11.19
Декабрь	Гортензии и пионы: сорта, уход, дизайн	в продаже с 02.12.19

Подписной индекс **П2961**
 в каталоге «Почта России»
 Журнал выходит 2 раза в месяц
 000 «ИД «КАРДОС». 16+

Стоимость ПОДПИСКИ на «ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ pressa.ru» на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (2 номера)	49,42 руб.*
6 месяцев (12 номеров)	296,52 руб.*

Подписной индекс **П5927**
 в каталоге «Почта России»
 Журнал выходит 1 раз в месяц
 000 «ИД «КАРДОС». 12+

Стоимость ПОДПИСКИ на «ДОМАШНИЙ ПОВАР» на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (1 номер)	32,63 руб.*
6 месяцев (6 номеров)	195,78 руб.*

Темы журнала «Домашний повар» во 2-м полугодии 2019 года**

Июль	Консервирование	в продаже с 08.07.19
Август	Заготовки	в продаже с 12.08.19
Сентябрь	Мясо и птица	в продаже с 09.09.19
Октябрь	Выпечка	в продаже с 07.10.19
Ноябрь	Салаты и закуски	в продаже с 02.11.19
Декабрь	Новогоднее меню	в продаже с 02.12.19

ВНИМАНИЕ: подписку можно оформить на любые понравившиеся вам номера (для этого при оформлении подписки выберите соответствующие месяцы). * Цены указаны по каталогу «Почта России» для жителей г. Москвы (с доставкой до почтового ящика). Цена может незначительно меняться в зависимости от региона доставки. Уточняйте стоимость подписки в отделениях связи и на сайте <https://podpiska.pochta.ru> **Редакция имеет право изменить тему журнала Реклама

ВОЗНИКЛИ ВОПРОСЫ ПО ПОДПИСКЕ? ЗВОНИТЕ В РЕДАКЦИЮ: 8 (495) 933-95-77 (доб. 237)



ГОТОВИМ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

Среди традиционных праздничных блюд творожная пасха имеет особое значение. Ее форма символизирует собой Гроб Господень. Поэтому на столе в Светлое Воскресение она на главном месте. В некоторых семьях пасху готовят по старинным рецептам, доставшимся еще от бабушек. К сожалению, таких семей в нашей стране не так уж и много. Однако традиции – дело живое. Выберите себе рецепт по вкусу, добавьте немного фантазии и готовьте его ежегодно. Поверьте, совсем немного времени потребуется, чтобы вся семья стала ждать именно такую пасху в этот день. А там и внукам можно будет передать свой рецепт. Любая пасха получится вкусной, если готовить ее с чистым сердцем и чистыми помыслами!

Выбираем творог на рынке и в магазине



На Пасху без творога не обойтись. Где лучше его купить? На рынке и в магазине творог встречается разный, но, если правильно его выбирать, и там и там можно найти вкусный и полезный продукт.

Идем в магазин

Выбор творога в магазине нам облегчает упаковка. Здесь мы обращаем внимание на следующие пункты.

1 Срок годности. Без комментариев. Чем он меньше, тем продукт натуральнее и свежее.

2 Жирность. Каждый выбирает по себе. Тем, кто соблюдает диету, рекомендуется жирность не выше 5%.

3 Натуральность. Смотрим состав. В

натуральном твороге должны быть только молоко и закваска. Если есть что-то еще, в том числе и сухое молоко, – это творожный продукт.

4 Упаковка. Палка о двух концах. С одной стороны, лучше брать творог, упакованный в вакуум. С другой стороны, если упаковали несвежий продукт, то и в такой упаковке можно наткнуться на плесень. Выбирайте проверенных производителей, и лучше всего из своего региона.

Идем на рынок

Главное – сразу отправляться на такой рынок, где осуществляется ветеринарный контроль за продукцией. Вот несколько признаков, на которые следует ориентироваться при выборе творога.

1 Цвет. Настоящий творог должен быть только белого или нежно-кремового цвета. Любая желтизна указывает на недобросовестного производителя.

2 Вкус. Допустимы лишь легкие оттенки сладости или кислинки. Если творог слишком сладкий, добавили сахар. Если слишком кислый – нарушена технология производства.

3 Запах. Свежий приятный запах должен быть! Если запаха нет совсем – это не творог, а суррогат! Если запах слишком кислый, продукт не очень свежий.

4 Текстура. Творог должен легко разрезаться и не крошиться. Ни лишней жидкости, ни чрезмерной сухости быть не должно.

5 Наличие крахмала. Крахмал добавляют для увеличения веса. Наличие крахмала можно обнаружить только после покупки. Капните на поверхность немного йода, если есть крахмал, образуется синее пятно.

КСТАТИ

Оставшуюся сыворотку не выбрасывайте. Она может еще три недели храниться в холодильнике. Ее можно добавлять в выпечку, делать из нее напитки и даже мыть ею голову!



Творог для пасхи готовим сами

Приготовления к Пасхе происходят не за один день. Поэтому вполне можно успеть и творог сделать своими руками. Надо ли говорить, что такой продукт и вкуснее, и надежнее, чем все остальные?

Конечно, для приготовления домашнего творога имеет смысл брать только самое качественное молоко, с самым коротким сроком годности. Начинается процесс приготовления с естественно-го скисания молока. Просто налейте молоко в кастрюлю или в трехлитровую банку и оставьте стоять при комнатной тем-

пературе. На это понадобится сутки-двое. Чтобы ускорить процесс, можно добавить в молоко ложку сметаны или кефира, но только не йогурта. Из йогурта творог не получится. Как только молоко прокисло, его ставят на огонь. До кипения не доводят, но нагревают градусов до семидесяти. Если потрогать емкость руками, то будет горячо. При такой температуре молоко расслоится на сыворотку и белок. Чтобы это происходило равномерно, во время прогревания содержимое несколько раз перемешивают шумовкой.

Как понять, что процесс завершен?

Творожная масса начнет опускаться на дно, а сыворотка станет прозрачной, с легким зеленоватым оттенком.

После этого творог откидывают на марлю. В принципе, его уже можно употреблять в пищу, только он будет еще довольно влажный. Классический творог получится, если его поместить под гнет или повесить стекать, чтобы вся лишняя сыворотка вытекла.

Такой творог отлично подойдет для приготовления традиционных пасхальных блюд!



Пасха медовая

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,5 кг творога
18 % жирности
350 мл сливок
33 % жирности
10 желтков
150 г меда
150 г сахарной пудры
1 лимон
морская соль по вкусу



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Застелить дуршлаг кухонным полотенцем (лучше всего «вафельным»). Выложить туда творог, накрыть свисающими краями полотенца. Поставить в таз. Сверху установить тарелку или доску, а на нее – тяжелый груз. Оставить так, чтобы стекла жидкость, минимум на 4 часа.
- 2 Смешать в жаропрочной миске или небольшой кастрюльке желтки с медом (100 г) и сливками. Добавить соль, взбить венчиком до однородности.
- 3 Поставить миску на водяную баню – на большую кастрюлю, на треть наполненную слабо кипящей водой. Прогреть сливочную смесь, все время перемешивая венчиком, до загустения.
- 4 Снять миску с бани и остудить смесь почти полностью – она должна быть чуть теплой. Взбить творог погружным блендером до однородности или протереть через сито при помощи деревянной ложки.
- 5 Застелить форму для пасхи марлей, выложить массу, закрыть и поставить в холодильник на 2 дня. Лучше поставить форму на тарелку – из пасхи может вытекать жидкость.
- 6 Перед подачей снять цедру с лимона, выжать сок и смешать с оставшимся медом. Проварить на небольшом огне до загустения (4 минуты). Остудить и добавить пудру. Пасху выложить на блюдо, снять марлю, полить теплой глазурью и дать ей немного застыть.

Пасха малиновая



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Творог поставить стечь на 4-6 часов. Отжатый творог протереть через сито (сделать это нужно обязательно, иначе пасха получится с крупинками).
- 2 Варенье также протереть через самое мелкое сито, чтобы избавиться от косточек, и миксером взбивать с творогом, постепенно увеличивая скорость, 10 минут. Продолжая взбивать, добавить сливки, взбивать до однородности.
- 3 В другой миске добела растереть масло, желтки взбить с сахаром. Взбить миксером вместе желтки и масло (примерно 10 минут). Соединить масляно-желтковую смесь и творожную, добавить измельченную цедру и ликер, взбивать 10-15 минут.
- 4 Белки взбить в стойкую пену. Аккуратно добавить к творожной массе, перемешивая лопаткой снизу вверх.
- 5 Выложить массу в форму, застеленную марлей, закрыть и поставить в холодильник на 2-3 часа, можно больше.

СОВЕТ К РЕЦЕПТУ

- Если у вас нет специальной формы для пасхи, можно воспользоваться новым горшком для цветка, дуршлагом или глубокой миской.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг творога
150 мл сливок 33 % жирности
100 г сливочного масла
5 желтков
2 белка
1,5 стакана малинового варенья
цедра 1 лимона
2 ст. л. малинового ликера
2 ч. л. ванильного сахара

8
порций227
кКал9
часов

Пасха с кремом из кураги

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,5 кг творога

300 г сахара

200 г миндаля

1 апельсин

10 желтков

150 г сметаны
жирностью 40 %100 г мармелада
«апельсиновые дольки»

Для крема:

100 г кураги

80 г сахара

40 г сливочного масла

сок половины лимона

1 яйцо

10
порций275
кКал12
часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Творог уложить в выстланный марлей дуршлаг, поставить дуршлаг в миску, на творог поместить пресс, отставить на 8 часов. Курагу замочить на 8 часов в 0,5 л воды.

2 Курагу отварить на небольшом огне 30 минут. Переложить ее без жидкости в блендер, смолоть в пюре, при необходимости подливая по 1 ст. л. жидкости.

3 Переложить пюре из кураги в миску, добавить сахар, масло, сок и измельченную цедру лимона. Готовить на водяной бане, помешивая, до растворения сахара. Добавить взбитое яйцо, перемешать и готовить на минимальном огне до загустения, помешивая. Держать в холодильнике.

4 180 г сахара всыпать в холодную сковороду, полностью растопить на маленьком огне. Всыпать миндаль, перемешать, переложить на доску и сразу же отделить орехи друг от друга. Остудить, 3/4 миндаля измельчить.

5 Творог протереть через сито. С апельсина снять цедру, отжать сок. Желтки взбить миксером с оставшимся сахаром, цедрой и 2 ст. л. сока в светлую пену. Добавить сметану и творог, взбить. Вмешать нарезанный небольшими кусочками мармелад и измельченный миндаль. Формочки выстелить марлей. Разложить 2/3 творожной массы. Сделать в середине массы в каждой формочке углубление, положить в него по 1 ст. л. абрикосового крема. Закрыть сверху оставшейся массой. Загнуть края марли, затянуть пленкой, убрать в холодильник минимум на 2 часа.

калорийность указана на 100 г продукта

Пасха с имбирем и грецкими орехами



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Творог откинуть в сито, застеленное марлей, примерно на 4 часа.
- 2 Грецкие орехи прокалить в духовке, на сковородке или в микроволновке. За это время пару раз перемешать. Остудить орехи, мелко порубить тяжелым ножом или блендером.
- 3 Так же блендером или тяжелым ножом превратить в мелкую крошку печенье. Смешать орехи и печенье, приправить корицей.
- 4 Мелко нарезать засахаренный имбирь.
- 5 Отжатый творог протереть через сито. Прогреть вареную сгущенку на водяной бане, чтобы она стала более текучей. Смешать творог со сгущенкой и лимонным соком.
- 6 Взбить сливки в пышную пену и аккуратно, лопаткой, ввести в творожную массу, перемежая с цукатами. Застелить пленкой или марлей 8-12 широких конусообразных бокалов. Равномерно разложить по ним творожную массу, присыпать толстым слоем крошки печенья с орехами, примять руками. Затянуть пленкой и поставить в холодильник на сутки. Перед подачей перевернуть каждую пасочку на тарелку печеньем вниз, снять пленку и подавать.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,2 кг жирного творога
1,5 банки вареной сгущенки
250 мл сливок 33% жирности
100 г грецких орехов
200 г имбирного печенья
сок 1 лимона
100 г засахаренного имбиря
0,5 ч. л. корицы



12 порций



265 кКал



10 часов



Пасха заварная в обсыпке

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,5 кг творога
200 г сметаны
5 яиц
50 г жареного фундука
6 готовых меренг
50 мл сливок
33 % жирности
соль по вкусу
150 г мелкого изюма
0,5 ч. л. корицы
2 ст. л. сахара
стручок ванили
300 г сливочного масла

8
порций219
кКал28
часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Творог положить в марлю, затем в дуршлаг, сверху поставить груз, дать сыворотке стечь в течение 12 часов.
- 2 Освободить творог от марли, протереть через сито. Добавить сметану, 30 г размягченного сливочного масла, соль и ваниль (зерна из стручка). Взбить миксером.
- 3 Изюм с корицей потомить с остальным сливочным маслом до размягчения 15 минут, дать настояться под крышкой. Смешать желтки, сахар и сливки, постоянно помешивая, проварить на водяной бане до загустения 15 минут. Добавить творожную массу, поставить в миску с холодной водой, охладить, все время вымешивая в одном направлении. Вмешать изюм, переложить пасху в форму, поставить под пресс в холод на 12 часов.
- 4 Фундук измельчить. Перед подачей меренги разломать на маленькие кусочки, смешать с фундуком. Рассыпать смесь ровным слоем на салфетке и аккуратно обсыпать ею пасху. Для лучшей фиксации придавить смесь руками.

СОВЕТ К РЕЦЕПТУ

- Если поверхность пасхи окажется слишком сухой и обсыпка не будет на ней держаться, надо взять полстакана воды, добавить к ней 2 ст. л. сахарной пудры и несколько капель лимонного сока. Смазать пасху этой глазурью, а затем снова обсыпать ее.

Пасха заварная шоколадная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г творога
200 мл сливок
20 % жирности
100 г сливочного масла
3 яйца
150 г темного шоколада
ваниль по вкусу
изюм, цукаты по вкусу
цедра 1 лимона



4 порции



259 кКал



26 часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Творог протереть через сито, размешать с размягченным сливочным маслом. Яйца смешать с сахаром, ванилью, сливками, соединить с творогом, поставить на огонь и довести до первых пузырьков при помешивании.

2 Шоколад растопить на водяной бане и соединить с творожной массой. По вкусу добавить цедру лимона, цукаты, изюм.

3 Выложить пасху в застеленную влажной салфеткой форму и поставить на холод под пресс на сутки.



Затем достать и украсить тертым шоколадом, можно даже полить сверху еще одной порцией растопленного шоколада.

Пасха заварная

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг творога
250 мл сливок
10 % жирности
5 яиц
2 стакана сахара
250 г сливочного масла
100 г светлого изюма
100 г грецких орехов
50 г цукатов
пакетик
ванильного сахара
1 лимон



8 порций



255 кКал



15 часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Отделить желтки от белков. Желтки взбить с сахаром до белого цвета. Во взбитую желтковую массу добавить сливки и довести до кипения на водяной бане или в кастрюле с толстым дном. Чтобы желтки со сливками не подгорели, их надо постоянно помешивать. Полученную заварную массу остудить. Орехи предварительно обжарить на сухой сковороде или в духовке, очистить от шелухи. Изюм вымыть и просушить, натереть цедру с лимона.

2 В остывшую заварную яично-желтковую массу ввести творог, сливочное масло, изюм, орехи,



цукаты, лимонную цедру и ванильный сахар. Все хорошо перемешать.

3 Выложить в форму полученную смесь. Но также все это можно выложить в дуршлаг, предварительно застелив его двумя слоями марли. Поставить пасху в холодильник под гнет минимум на 12 часов.



Пасха сметанная «Купеческая»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг сметаны
1 стакан сахара
4 желтка
100 г грецких орехов
100 г изюма
50 г цукатов



6
порций



210
кКал



1
сутки

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сметану повесить стекать через марлю часов на 10-12.
- 2 Сварить яйца, желтки тщательно перетереть с сахаром до получения однородной массы. Для облегчения задачи можно воспользоваться миксером.
- 3 Смешать желтки со сметаной, снова все перетереть до однородной воздушной массы.
- 4 Вмешать прокаленные орехи, сухофрукты, цукаты. Застелить форму марлей и поставить в холодильник стекать еще на 10 часов.
- 5 В праздничный день вынуть готовую пасху, перевернуть на тарелку, снять марлю, украсить орехами и цукатами и подавать на стол.

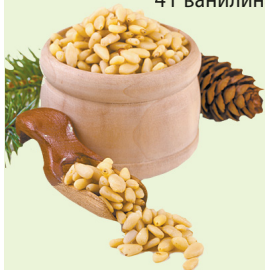
СОВЕТ К РЕЦЕПТУ

- Для такой пасхи, конечно, лучше всего подходит самая жирная сметана, которую можно купить только на рынке. Но если у вас нет возможности приобрести такую сметану, купите самую жирную, доступную вам в магазине.

Пасха сметанная «По-сибирски»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2,5 кг сметаны
10 ст. л. сахара
150 г кедровых орешков
150 г сушеной клюквы
1 ч. л. морской соли
4 г ванилина



12 порций



174 кКал



14 часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Сухофрукты промыть горячей водой и дать стечь жидкости. Орехи поджарить на сухой сковороде до золотистого цвета.

2 Сметану, сахар, соль и ванилин перемешать. Добавить сухофрукты и орехи и еще раз хорошенько перемешать.

3 В большую кастрюлю выложить в два слоя ткань (если брать марлю, то минимум 12 слоев) и вылить в ткань сметану.

4 Завязать углы ткани и подвесить пасху стекать минимум на сутки.

5 Через 6-8 часов снять пасху, развязать ткань и перемешать содержимое,



так как с краев она уже стекла, а внутри еще жидкая. Затем повесить обратно. Периодически повторять процедуру, пока не добьетесь нужной консистенции. Пасха готова.

Пасха сметанная «Лимончик»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 кг сметаны
6 ст. л. ложек сахара
3 желтка
4 г ванилина
1 лимон
50 г цукатов
100 г миндаля



6 порций



127 кКал



1 сутки

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Подвесить сметану стекать в марле, сложенной в несколько слоев, на ночь или часов на 10-12.

2 Миндаль прокалить, натереть цедру с лимона и выжать из него сок. Желтки взбить с сахаром, добавить цедру и сок лимона, орехи, ванилин и цукаты. Все тщательно перемешать.

3 Соединить сметану и желтковую смесь. Все вместе прогреть на водяной бане, постоянно помешивая. Пасха должна нагреться не больше, чем градусов до 60-70.



4 Пасху охладить, выложить в форму, застеленную марлей, и поставить стекать до подачи на стол.

КАК Я ПОМОГАЛА СВОЕМУ СЫНУ БРОСИТЬ ПИТЬ

Сегодня, глядя на свою маленькую внучку, я понимаю, что, хотя бы раз в жизни все сделала правильно.

БАЛОВАТЬ РЕБЕНКА – ПЛОХО

Я растила Ванечку одна. Муж ушел от нас, когда Ване только исполнилось 4 года. Сначала сын спрашивал, где папа, когда он вернется. Для того, чтоб отвлечь ребенка, я покупала все что он просит: игрушки, сласти, любила его и за мать, и за отца. В конце концов Ванечка привык.

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

Сын рос, нормально учился. Я очень много времени проводила на работе. Конечно, я не заметила, когда сын связался с плохой компанией. Однажды, вернувшись домой после работы, я услышала запах сигарет в квартире. Естественно, мы поругались с Иваном. О боже, если бы я только знала, чем это закончится.

Иван хлопнул дверью и не вернулся ночевать.

Ему было 14.

10 ЛЕТ БОРЬБЫ С АЛКОГОЛЕМ

В тот самый первый раз Ивана вернули домой через неделю. У него закончились деньги на выпивку, и друзья подсажали ему украсть. Его не посадили только потому, что это было впервые.

Дальше становилось хуже. Все чаще и чаще я видела Ивана выпившим.

Я плакала, ругалась, за-



крывала его дома. Ходила к бабкам – ничего не помогало. Я видела, что теряю сына.

Последнее, на что я рассчитывала, – переезд. Я думала, что, если увезу его от этой компании, все изменится. Этого шага хватило на 1 месяц. Через месяц все повторилось, и у меня опустились руки.

НАДЕЖДА НА НОРМАЛЬНУЮ ЖИЗНЬ

Школу с горем пополам Ваня закончил. О дальнейшей учебе не было и речи. Как оказалось, и о работе тоже.

Он был очень хорошим. Если не пил. Помогал мне по дому, мы много разговаривали. Он плакал от безнадёжности.

Но стоило ему выпить – он превращался в монстра. Начал красть из дома. Как я потом узнала – все зависимые от алкоголя делают это. И вот наступил тот день, когда в ответ на мое сопротивление сын меня ударил.

Тогда я поняла, что дальше так продолжаться не может.

Я ЛЕЖУ В БОЛЬНИЦЕ

Я оступилась и ударила головой, защищаясь от сына. Я не могу поверить в то, что сейчас пишу это. Меня госпитализировали с сотрясением мозга и нервным истощением.

Сын был рядом со мной, извинялся, клялся, что это больше никогда не повторится. Но уже через три дня он не ответил мне на телефонный звонок. Я боялась идти домой, думала, что меня будут ждать голые стены в пустой квартире.

СОСЕДКА ПО ПАЛАТЕ

Я плакала почти сутки, и когда соседка спросила, что со мной, я начала говорить и не могла остановиться. Я говорила обо всем:

- о том, как ушел муж;
- как и когда начал пить сын;
- как я, глупая, сама оставляла сына с его ком-

панией дома, чтобы пили у меня на глазах и ни во что не влезли;

● и во что превратилась в конце концов наша с сыном жизнь.

Валентина Ивановна кивала головой и все понимала. Она рассказала свою историю, которая так сильно была похожа на мою.

Глядя на то, как каждый вечер в палате собирается ее семья – сын с невесткой и детьми – я не могла поверить в то, что это правда.

Я НЕ МОГЛА ПОВЕРИТЬ СВОЕМУ СЧАСТЬЮ

Из-под обложки паспорта Валентина Ивановна достала затертую газетную страницу, в которой одна женщина рассказывала о своей борьбе с пьянством мужа. Всего то и нужно добавить несколько капель **АльфаПротекта** в любую еду или питье пьющего. Слишком просто, чтобы поверить! Но, во-первых, я ничего не теряла, а во-вторых – я перепробовала все остальные меры. Просто жить, как раньше, я совершенно точно не могла.

КАК ЗАКАЗАТЬ АЛЬФАПРОТЕКТ

Для начала позвоните по телефону **8 (495) 781-42-14**, закажите продукт и попросите, чтобы на упаковке не

было видно для чего он, чтобы пьющий человек ни о чем не догадался. Трехмесячный курс **АльфаПротекта** + 1 флакон в подарок стоит всего **2299 руб.**, это несравнимо меньше той цены, которую люди вынужденно платили всю свою жизнь. То есть уже через 5 дней после звонка в «Лабораторию клинической иммунологии» вы можете начать спасать близкого человека. **АльфаПротект** можно использовать даже тогда, когда человек абсолютно пьян.

ЧТО ТЕПЕРЬ?

Сейчас сыну всего **26 лет. Впереди вся жизнь. В прошлом году он женился – и у меня появилась внучка, Виктория. Иван работает, пока разно-рабочим. Поступил на инженера-теплотехника заочно. У меня есть все основания, чтобы гордиться своим сыном. Сейчас я должна сказать только одно! Боритесь за дорогого Вам человека, не опускайте руки.**

КАК ЭТО РАБОТАЕТ. НА ВОПРОСЫ ОТВЕЧАЕТ ЭКСПЕРТ НИКОЛАЙ ПЕТРОВИЧ:

1. Всем ли достаточно месячного курса АльфаПротект?
К сожалению, на этот вопрос сложно ответить утвердительно. У каждого злоупотребляющего алкоголем свои системы реагирования на **АльфаПротект**. Иногда достаточно месяца, в некоторых случаях требуется курс до 6-ти месяцев и дольше.



2. Какой принцип действия АльфаПротект?
АльфаПротект – средство, которое способствует выводу токсинов из организма и снижает желание выпить. Выводит токсины из организма после приема алкогольных напитков и оказывают общеукрепляющее действие. Благодаря восполнению витаминов группы В в организме, успокаивается нервная система, и человеку становится легче бороться с зависимостью.

Сделайте заказ* по телефону**

8 (495) 781-42-14

Пришлите SMS** на номер
+7 (925) 007-30-03

Пример SMS: код продукта, цена, фамилия, имя, почтовый индекс, город, улица, номер дома, квартиры

rusbetaprotect@gmail.com
www.ru.betaprotect.com

Закажите* продукт по почте
КУПОН ЗАКАЗА АЛЬФАПРОТЕКТ:

ФИО:.....

Индекс:.....

Область:.....

Район:.....

Город:.....

Улица:.....

Дом:.....Корп..... Квартира:.....

Моб. тел.:.....

E-mail:.....

ВЫБЕРИТЕ ПОДХОДЯЩИЙ КУРС:

Да, я действительно хочу заказать 3-месячный курс **АльфаПротект** и получить один флакон в подарок (6 флаконов плюс **1 в Подарок**) за **2299 руб.**
КОД ПРОДУКТА 723 01 134

Да я действительно хочу заказать 2-месячный курс **АльфаПротект** (4 флакона) за **1799 руб.**
КОД ПРОДУКТА 723 01 133

Да, хочу попробовать, как **АльфаПротект** действует, и для этого заказываю пробный месячный курс (2 флакона) за **1199 руб.**
КОД ПРОДУКТА 723 01 132

Просто заполните купон, вырежьте и отправьте почтой по адресу:

115088, г. Москва, а/я №88.

ООО «Лаборатория клинической иммунологии»

Оплата при получении заказа на почте

*Заказывая продукт, я согласно Закону РФ «О защите персональных данных» соглашаюсь предоставить свои персональные данные ООО «Лаборатория клинической иммунологии», а также предоставляю разрешение на обработку моих персональных данных и доступ к ним третьих лиц, в границах и с целью выполнения моего заказа. **Стоимость сообщений и звонков согласно тарифам вашего оператора. ООО «Лаборатория клинической иммунологии», юр. адрес: 115088, г. Москва, ул. 2-я Машиностроения, д.17, стр. 1. ОГРН 112746143425. Свидетельство о гос. Регистрации: ЕАЭС N RU Д-РУ.АЕ09.801581 от 16.08.2017. Не является БАД и лекарственным средством. Возможны противопоказания, ознакомьтесь с инструкцией. РЕКЛАМА.



Творожная запеканка с грушами

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г творога
2 большие груши
3 яйца
4 ст. л. манки
50 мл молока
сок 1 лимона
2 ч. л. тертой апельсиновой цедры
1 ст. л. меда
4 ст. л. сахарной пудры
соль по вкусу
сливочное масло для смазывания

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Протереть творог через сито. Взбить яйца с сахаром, солью и молоком, перемешать с манкой и творогом. Массу хорошо взбить и оставить в прохладном месте примерно на 1 час.
- 2 Тем временем очистить груши от кожуры, разрезать пополам, удалить сердцевину и нарезать мякоть кубиками.
- 3 В кастрюлю с антипригарным покрытием налить лимонный сок, растворить в нем мед, добавить кубики груши и цедру апельсина. Поставить на маленький огонь и прогреть кубики до прозрачности (примерно 5 минут). Шумовкой вынуть кубики груш из сиропа и дать стечь (сироп сохранить).
- 4 Положить груши в творожную массу, перемешать и выложить в обильно смазанную маслом и посыпанную манкой форму для запекания. Поставить запеканку в разогретую до 175 °С духовку на 40 минут.
- 5 Выключить духовку и слегка приоткрыть дверцу – пусть запеканка остывает. Подавать ее теплой или полностью остывшей, при желании полив сиропом от груш.

КСТАТИ

Если выложить творожную массу на тонкое тесто, то получится пирог.



6 порций



153 кКал



2 часа
30 минут

Творожная запеканка «Десертная»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 пачки творога
9 % жирности
2 яйца
4 ст. л. манной крупы
4 ст. л. сахара
260 мл молока
щепотка соды
5 мл столового уксуса 9 %
20 г сливочного масла
соль по вкусу



6
порций



185
кКал



1 час
20 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Творог можно предварительно протереть через сито. Творог, яйца, манку и сахар как следует перемешать. Немного подсолить.
- 2 Добавить молоко и гашеную уксусом соду. Еще раз перемешать. У вас должно получиться тесто консистенции густой сметаны.
- 3 Смазать сковороду или форму для выпечки сливочным маслом, влить тесто и дать постоять 20 минут.
- 4 Поставить сковороду (форму) в холодную духовку. Выставить температуру в духовке на 200 °С и



выпекать запеканку 35-40 минут.

Запеканка с зелеными яблоками

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г творога
4 яйца
5 ст. л. муки
1 ч. л. соды
2 ст. л. сахара
2 яблока



6
порций



155
кКал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки очистить от кожуры, порезать мелко соломкой.
- 2 В творог добавить яйца, муку, соду и сахар, смешать все погружным блендером до однородной массы. Вмешать в получившуюся массу яблоки.
- 3 Смазать сковородку растительным маслом, вылить массу на сковородку, обжаривать под крышкой с двух сторон до румяности.



СОВЕТ

Эту запеканку можно приготовить и в духовке. Можно выкладывать ее слоями, смазывая каждый слой вареньем.

Секреты приготовления творожной пасхи

Форма

Творожная пасха – это древнее блюдо, которое традиционно подают в Светлое Воскресенье. По канонам готовить пасху надо в четверг, классическая форма пасхи – пирамида с усеченной верхушкой – символизирует Гроб Господень.

Раньше в каждом доме были специальные пасочницы, вырезанные мастерами из дерева. На бортиках у них были узоры: надпись ХВ и голубь, символ Святого Духа. После того, как блюдо вынимали из формы, эти узоры оставались на пасхе в виде барельефа.

Сегодня приобрести пасочницу можно у народных мастеров.

Такой товар не дешев, но его хватит на всю жизнь и еще внукам останется.

В церковных лавках и даже в обычных супермаркетах можно приобрести пасочницу из пластика. Пасхи в них получаются не хуже, и служат такие формы тоже довольно долго.

Шаг за шагом

- Все рецепты начинаются с того, что творог надо протереть через сито. Можно упростить процесс, пропустив творог через мясорубку с самой мелкой насадкой.
- Масло должно быть комнатной температуры, а вот яйца, наоборот, достаем из

Выбор продуктов

Главный ингредиент – творог. В такой день лучше забыть про диеты и купить настоящий вкусный и жирный творог. Со сметаной то же самое – не мелочитесь, берите самую густую. Чтобы пасха получилась нежнее, сахар лучше смолоть в пудру.



- холодильника перед самым приготовлением.
- Чтобы консистенция пасхи была гладкой и легкой, все продукты вводятся постепенно, каждый раз все снова перемешивается.
- Опытные повара не советуют взбивать массу миксером, так как в процессе можно не заметить, когда сметана начнет расслаиваться, и пасха получится жидкой.
- Не стоит класть в пасху свежие фрукты и ягоды. Они дадут сок, который испортит консистенцию.
- Все сухофрукты и орехи кладите в творог сухими.
- Готовая пасха может храниться без холодильника сутки, в холодильнике – трое суток.



УКРАШАЕМ И ГОТОВИМСЯ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

Не случайно празднику Пасхи предшествует Великий пост. К такому событию надо подготовиться, чтобы в полной мере ощутить все величие подвига Христа. Постясь, мы готовим к празднику нашу душу, наши мысли и наше тело. Но перед самой Пасхой надо подготовить еще и стол, и дом. Подготовка к празднику, когда каждый вносит вклад в накрывание стола, объединяет близких людей. Работая вместе, проще забыть споры. Приятно и интересно вместе с детьми готовить куличи и пасхи, красить яйца. Все это помогает внутренне подготовиться к празднику, всем сердцем ощутить его величие.

Яичко ко Христову дню

Традиция красить яйца на Пасху известна всем. А вот то, что яйца эти бывают самых разных видов, мало кто знает. Писанки, крашенки, крапанки (шкрабанки), малеванки – все это способы окрашивания яиц, дошедшие до наших дней из далекого прошлого.



подобным образом расписывали яйца, из которых было осторожно удалено содержимое. Такое яйцо можно было преподнести в подарок и хранить довольно длительный срок.

- **Крашенки** – самые простые в изготовлении, ровно окрашенные в один цвет яички.
- **Писанки** – настоящее произведение искусства. Для изготовления писанок требовались специальные навыки и инструменты. На белую поверхность яйца наносился восковой орнамент. Все символы в орнаменте имели значение. Затем писанку погружали в краситель. После первого слоя наносился второй – затем снова окрашивание. Писанки могли быть окрашены в несколько цветов. В финале воск растапливался и стирался, демонстрируя многоцветный узор. Чаще всего

• **Крапанки** – наносили воском крапинки, погружали в краску, а затем в теплой воде растапливали воск. Получалось яйцо в крапинку.

• **Драпанки, или шкрабанки**, – узоры процарапывали острой иголочкой на уже окрашенном яйце. Рисунок напоминал кружево.

• **Малеванки** – общее название крашенных яиц, бытовавшее во многих областях России.

Интересно разобраться и в символах, которыми украшали пасхальные яйца наши предки. Каждый рисунок имел свое значение, и весь орнамент на яйце можно было прочесть, как поздравительную открытку.



Читаем писанки

Сеточка символизирует собой судьбу, защищает от злых сил, помогает отделить добро от зла.

Точечки означали плодородие – самое популярное пожелание у предков.

Спираль или круг с лучиками – солнце. Христианская традиция принесла в символу знаков свое значение. Солнце – это Бог, потому что Бог – это свет.

Птица – символ Святого Духа и стремления вверх.

Крест – символ страданий и искупления, смерти и воскресения.

Звезда приносит в дом любовь. В древности, чтобы признаться в любви, можно было преподнести писанку со звездой.

Попробуйте создать свое собственное пасхальное поздравление, воспользовавшись народными символами.

Волнистая линия, бесконечник или кривулька – знак воды, а вода во всех смыслах бесконечна. Кривулька – символ плодородия и продолжения жизненного цикла.

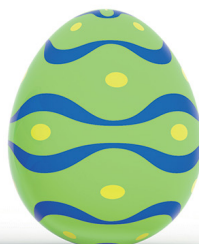
Олень на писанке означает достаток и богатство, долголетие и крепкое здоровье.

Конь – конечно, трудолюбие и сила.

Петух – не простая птица. Петух – проводник в Божье Царство. Не случайно от его пения отступают силы ночи и начинается день.

Дерево – связь всего живого, символ рода, природы и Божьей мудрости.

Сосенки, елочки означают молодость, здоровье и бессмертие.





Пасха отличается от всех остальных праздников своими традициями. Нет больше ни одного такого дня, когда и выпечка, и кушанья особенные, и даже обычные яйца становятся предметом гордости и украшения.

Сегодня способов окрашивания яиц насчитывается очень много. К старинным обычаям прибавились современные возможности и материалы.

Есть поверье, что первое крашеное яичко, подаренное в Светлое Воскресенье от чистого сердца, никогда не испортится. И тем приятнее будет его хранить, чем красивее оно будет.

Как покрасить яйца на Пасху? Все зависит от вашей фантазии, желания и наличия свободного времени.

Красим

Луковая шелуха

Самый простой и известный способ. Набирают луковую шелуху, заливают водой и варят ее на медленном огне минут 15-20. Для стойкости цвета можно добавить в отвар пару ложек уксуса. В шелухе отваривают яйца. Интенсивность окраски зависит от концентрации раствора и длительности пребывания в нем яиц. Чем дольше, тем темнее.

В луковой шелухе можно не только приготовить гладко окрашенные яйца, но и создавать разнообразные узоры.

Крапинки: мокрые яйца обваливают в сыром рисе, обматывают марлей и погружают в отвар шелухи.

Листочки: к яйцам аккуратно



СОВЕТ

Часа за 2-3 до окрашивания яйца лучше достать из холодильника, иначе они потрескаются при варке.

ратно приматывают листочки (отлично подходит

петрушка) и кладут в краситель.



Полосочки: каждое яичко обматывают прочной ниткой и красят.

яйца

Шелуха и зеленка

Чем наряднее яйца на Пасху, тем лучше и успешней будет жизнь! Если завернуть яйцо в сухую измельченную шелуху, обмотать марлей и поставить вариться в воде с зеленкой, то яйца получатся краше некуда! Мраморные, золотистые, с ярко-зелеными крапинками.

Восковые мелки

Это отличный материал для проявления вашей творческой жилки. Мел-



Пищевой краситель

Очень интересный эффект получится, если к пищевому красителю, купленному в любом супермаркете, добавить немного растительного масла. Затем опустить в него вареное яйцо и крутить, пока всю его поверхность не покроют замысловатые узоры.

ками можно нанести любой узор, какой только ни придет вам на ум. Все традиционные мотивы, надписи, полоски, горошки, цветы, смешные рожицы, птицы и животные – все можно изобразить на яйце при помощи мелков. Они не сотрутся, когда затем яйцо будет помещено в краситель.

Интересно получается,

когда на ярком светлом фоне появляются темные орнаменты. А вот на темном светлое не всегда эффектно смотрится, потому что краситель протекает под мелок.

Ленточки, наклейки, бусины, стразы – все это тоже служит для создания особенных яиц, таких, каких нет ни у кого.

Окрашивание яиц – занятие для всей семьи. Приобщите к нему детей – получатся настоящие семейные посиделки!





Как накрыть пасхальный стол

Пасха – один из праздников, который проводят в семейном кругу. Поэтому к трапезе готовятся, как правило, всей семьей.

Почетное место на столе занимают главные символы праздника: кулич, пасха, крашенные яйца, свечи и свежая зелень с цветами. Для такого события стол украшают самой лучшей скатертью и посудой.

Скатерть

Красный, белый и зеленый – цвета, свойственные пасхальным праздникам. Красный – цвет жизни и солнца, белый – чистоты, а зеленый – цвет всего живого, цвет весны.

Всегда нарядно смотрятся две скатерти разного размера, постеленные поверх друг друга. Если у вас только одна скатерка, а хочется добавить застолью торжественности, можно постелить в центре стола расшитое полотенце. Порой достаточно добавить несколько ярких салфеток, чтобы цветовые акценты были представлены.

Декоративные фигурки

На каждую тарелочку можно посадить цыпленка, сделанного своими руками. Очень симпатичные цыплята получаются из помпучиков с глазками и клювиками из фетра. Сделать такую птичку под силу даже ребенку. Это будет самое трогательное украшение для праздника.

Цыплят можно и нарисовать, вырезать и приклеить к бумажным полоскам – тематические кольца для салфеток готовы!

Как подать крашенные яйца

Лучше всего яйца смотрятся в корзиночке. Это для них самое естественное украшение. Не менее хороши они и в окружении свежей зелени. За неделю до праздника можно поставить прорастивать овес, пшеницу или кресс-салат. Свежая яркая зелень создаст ощущение, что вместе с вами за столом сидит сама весна, праздничное настроение будет обеспечено!

Проростки можно поместить на большое красивое блюдо и разложить сверху крашенные яйца. Это станет самым ярким украшением для стола.

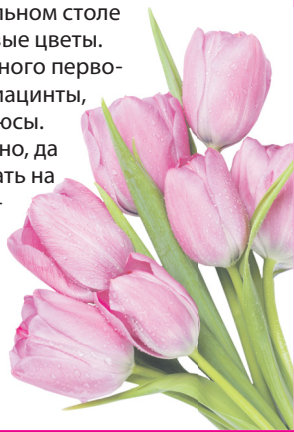
Если не успели прорастить зерна, просто запасите побольше свежей зелени из магазина: укропа, петрушки, листьев салата. Они тоже станут отличным фоном для крашенек.

Свечи

На пасхальном столе должны быть свечи! Можно поставить их в стаканчики, наполненные красной чечевицей, а сверху выложить веточки зелени. Можно сплести маленькие веночки из тонких веточек ивы или вербы. Каждый веночек выложить на красивое блюдце, а в центр водрузить свечу. Красиво будут смотреться свечи и вокруг кулича или пасхи. Их надо выложить на большие блюда, чтобы по краям хватило места для свечек.

Живые цветы

И конечно, на пасхальном столе хочется увидеть живые цветы. Сейчас в магазине много первоцветов: тюльпаны, гиацинты, нарциссы, ранункулюсы. Совсем необязательно, да и накладно, водружать на стол огромные букеты. Даже одиночные цветы в прозрачных стеклянных бокалах создадут ни с чем несравнимое ощущение пасхального праздника!





Автор фото: Кудря, Третьякова. Егорычев/Shutterstock.com и открытие интернет-журналики

Страстная неделя: чтобы быт не поглотил бытие

Страстная неделя – последняя неделя Великого поста перед Пасхой. Каждый день Страстной недели – великий и святой, и в каждый из них во всех церквях совершаются особые службы.

Первые три дня этой седмицы посвящены усиленному приготовлению к Страстям Христовым. В соответствии с тем, что Иисус Христос перед страданиями все дни проводил в храме, уча народ, Святая Церковь отличает эти дни особенно продолжительным Богослужением.

Понедельник

В понедельник вспоминают о бесплодной смоковнице, которую Иисус наказал за то, что она не молилась, не каялась и не помогала людям. В церкви в этот день готовят миро. Считается, что понедельник Страстной недели – единственный день в году, когда можно приготовить это масло. Сначала миро кипятят, потом оставляют на медленном огне, постоянно помешивая на протяжении трех дней. В Чистый четверг масло освящают.

Вторник

Во вторник православные вспоминают приход Иисуса Христа в Иерусалимский храм, где он читал проповеди и рассказывал о Своем Отце. Священнослужители пытались убить Его, но боялись делать это на глазах у народа, который видел в Нем Мессию, присланного свыше, чтобы спасти землю от грехов. В этот день Церковь напоминает людям о том, что нужно быть милосердными, человеколюбивыми, смиренномудрыми. Люди в этот день закупают продукты для празднования Светлого Воскресения и заканчивают шитье.

Среда

В среду в храмах проводится Литургия Преждеосвященных Даров. Это вечерня, в процессе которой каждый христианин принимает обряд Причастия. В этот день все верующие стараются исповедать грехи. В Великую Среду Иисуса предал Иуда, продав Его за 30 серебряников. В этот день люди покупают яйца. Существует поверье, что если купить их именно в среду, то они сохранят вкус надолго и не испортятся. В этот день можно стирать, убирать в доме. После среды заниматься что-либо у людей уже нельзя.

Четверг

В четверг все начинают готовиться к Пасхе – убирают в доме, купаются, закупают продукты на праздник. Однако, как говорят священнослужители, не нужно сильно концентрировать внимание на уборке и других хозяйственных делах. Ведь Чистый четверг не поэтому называют Чистым, чтобы люди пребывали в предпраздничной суете. Этот день больше подходит для того, чтобы очиститься духовно, то есть исповедаться и причаститься.

Пятница

Самый печальный день Страстной недели, ведь именно в пятницу Божий Сын прошел свой последний земной путь к Голгофе, где и принял мученическую смерть на кресте. В пятницу не принято убираться, отмечать праздники. Зато можно печь куличи и соблюдать строгий пост.

Суббота

В субботу верующие вспоминают пребывание Иисуса Христа в гробнице. В этот день в храме проводится Всенощное бдение. Оно длится до воскресного утра. В субботу хозяйки украшают яйца и собирают продукты, которые относят в церковь для освящения.

Воскресенье!

Праздник настал! Христос Воскрес!



Яйца Фаберже – императорский подарок

Яйца Фаберже – одни из самых дорогих ювелирных изделий в мире. Первое яйцо Фаберже появилось в 1885 году. Оно было заказано российским императором Александром III как пасхальный подарок для своей супруги Марии Федоровны. Карл Фаберже производил разнообразные ювелирные изделия, но славу принесли ему именно ювелирные яйца, известные на весь мир как яйца Фаберже.

Первое яйцо имело прообраз. В XVIII веке изготавливались ювелирные пасхальные яйца с курочкой-сюрпризом внутри, а в самой курочке находилась корона, а в короне – кольцо. Именно таким и было первое яйцо, созданное Фаберже в 1885 году. Яйцо, подаренное императрице Марии Федоровне, которая, как и сам Карл Фаберже, имела датские корни. Ведь одно из трех подобных сохранившихся с XVIII века яиц как раз-таки и хранится в датском замке Розенборг (Копенгаген).

Позже фирмой Фаберже был изготовлен еще ряд пасхальных яиц. Всего в мире существует 71 яйцо фирмы Фаберже. И 54 из них были императорскими. Александр III стал основателем традиции, после его смерти эту традицию продолжил его сын – Николай II. Он дарил пасхальные яйца Фаберже как своей супруге Александре Федоровне, так и своей матери – Марии Федоровне.

У каждого из яиц Фаберже своя судьба, своя история. Любопытно, что из-за большого количества подделок во второй половине 90-х Метрополитен-музей (Нью-Йорк) провел выставку подделок миниатюр Фаберже. Выставка пользовалась сумасшедшим успехом, потому что изделия, на ней представленные, были изумительными.



Автор фото: Arvidley Mityukov, Shutterstock.com и открытые интернет-ресурсы



ПРАЗДНУЕМ

- **Рецепты**
- **Секреты приготовления**
- **Полезные советы**

И вот наступает день Великого Праздника! Мы хорошо подготовились, потрудились и постарались очистить мысли и душу. Теперь надо встретить Пасху с достоинством, чтобы не растерять накопленную и намоленную благодать.

Пасхальные праздники – это не только застолье, игры и гуляния. Пасхальные праздники – это время добрых дел. Если вы проведете эти дни с заботой о людях, то все приготовления к Пасхе будут иметь смысл. Христос Воскресе!



Автор фото: Иосиф Петров. Зоя Аветисова/shutterstock.com и другие интернет-источники

Особенности пасхального богослужения

Пасхальное богослужение совершается с особенной торжественностью. Накануне вечером в храме читаются «Деяния святых апостолов», содержащие непреложные свидетельства Воскресения Христова.

С апостольских времен торжественная служба происходит ночью, в память о том, как израильтяне не спали в ночь освобождения их от гнета египетского. Так все христиане не спят в ночь Воскресения, что символизирует духовное обновление и избавление от рабского служения греху и дьяволу.

Праздничная утренняя предваряется крестным ходом. Священнослужители в белых облачениях выходят из алтаря с пением. Крестный ход обходит вокруг храма, подобно женам-ироносицам, шедшим рано утром ко Гробу Спасителя. Все молящиеся несут в руках свечи. Шествие останавливается перед закрытыми дверями храма,

как бы у Гроба Господня. И здесь же, на ступенях храма, начинается Праздничная утренняя.

На Пасхальном богослужении освящается артос – особый хлеб, на котором изображается крест. Всю Светлую седмицу артос лежит на специальном столике, а в субботу разделяется на небольшие части и раздается молящимся. Ощущая невидимое присутствие Господа, апостолы имели обычай, приступая к трапезе, оставлять место для Христа и хлеб, как бы для Него. В память об этом обычае и освящается на Пасху артос, напоминая о присутствии с нами Воскресшего Господа. После дня Пасхи вся Светлая седмица составляет как бы один продолжительный день – праздник.

Как вкушать освященные продукты

Освящение – это не просто нечто, что ты делаешь для себя. Человек приходит в храм с чем-то, в данном случае это традиционные пасхальные яства – творожные пасхи, крашеные яйца, куличи, – с благодарностью к Богу за то, что это все у него есть.

Ведь все, что человек потребляет, – дано ему от Бога. Потому часть принесенных продуктов мы оставляем в храме. Оставляя в храме часть пищи, человек оставляет

ее для ближнего. Находящийся в крайней нужде может прийти в храм и получить творожную пасху, кулич, крашеные пасхальные яйца. Вот это и есть важная часть традиции освящения пищи.

Что делать с освященными продуктами, которые не получилось съесть?

Выбрасывать их нельзя. Их можно закопать в землю, но там, где никто не ходит, например, под деревом, сжечь, а можно отнести в храм. Обычно там есть специальный контейнер, куда собираются остатки освященных яств, чтобы утилизировать их правильно.



Будьте здоровы с «ПЛАНЕТОЙ ЗДОРОВЬЯ»!

ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ

PRESSA.RU
№ 07 (78)
8 – 21 апреля
2019 года

ПИСЬМА
КОНСУЛЬТАЦИИ
ВРАЧЕЙ
НАРОДНЫЕ
РЕЦЕПТЫ

ПЕНСИИ И ЛЬГОТЫ
НА ЧТО МЫ ИМЕЕМ ПРАВО

**КАК СОХРАНИТЬ
ЖЕНСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**
КЛИМАКС И ОНКОЛОГИЯ

**ЧЕМ ОПАСНЫ
ПЭГ, СИЛИКОН
И ПАРАБЕНЫ**
СОСТАВ КОСМЕТИКИ

**КАКИЕ ГРИБЫ
ПОДАТЬ К СТОЛУ**
ШАМПИньОНЫ, ВЕШЕНКИ,
ОПЯТА

**БЕРЕЗКА –
ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА**
ЛИСТЬЯ, ПОЧКИ, СОК

ЭКОНОМИМ
НА ЛЕКАРСТВАХ:
ОБЗОР ЦЕН
стр. 10

КАЛЕНДАРЬ МАГНИТНЫХ БУРЬ

ISSN 2414-4940

9 177 23 09 88 2007 1 9 0 0 7

© foto: Yaelen, marco mayer/ Shutterstock.com

16+

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

ООО «ИД «КАРДОС» 16+ Реклама

В продаже с 8 апреля!

**СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях связи и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>

Светлая Пасхальная седмица

Названий у Пасхальной недели много, и все они говорят, какой великий праздник мы отмечаем. Издавна считается, что после Воскресения Христа солнце неделю не садилось за горизонт, и закатилось лишь на Красную горку. Поэтому все семь дней после Пасхи воспринимаются верующими как один день.

Всю неделю отовсюду будет литься колокольный звон. Раньше звонить в колокола в этот праздник разрешалось всем желающим. Сегодня некоторые храмы восстанавливают эту традицию.

До революции вся Пасхальная неделя была выходной. Это было время совершения добрых дел и принесения щедрых даров нуждающимся.

Очень важно провести Пасхальную неделю в радости, но не в разгуле. То благочестие, которое накопили мы во время Великого поста, важно не растерять.

Очень часто после Пасхи люди начинают обращаться к врачам с панкреатитами и другими болезнями пищеварительной системы. Запрет поста в Светлую седмицу – это не разрешение чревоугодничества.

Смысл поста в очищении, в терпении, в том, чтобы провести время с мыслями о Боге. И получается, что пост длинный, а завершаем мы его практически за один день, обедаясь и греша. Так вся благодать и сходит с нас как с гуся вода.

Кроме этих традиций, в церкви во время Пасхальной недели дважды поминают усопших: в понедельник и четверг. Эти события вовсе не считаются грустными, не противоречат праздничному настроению. Верующие считают, что души умерших вернулись к живым вместе радоваться празднику на эти дни, надеясь на свое воскресение.

■ ПАСХА





Пасхальный борщ с квашеной капустой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г свинины на косточке
2 свеклы
2 моркови
2 луковицы
1 сушеный корень петрушки
1 ст. л. винного уксуса
1 помидор
2 ст. л. растительного масла
1 кг квашеной капусты
100 г сырокопченого сала
4 ст. л. хрена
соль, перец по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Одну морковь и одну луковицу очистить и обжарить на сухой раскаленной сковороде 4 минуты. Добавить измельченный корень петрушки. Свинину вымыть, положить в кастрюлю, залить 4 л воды и довести до кипения. Снять пену.
- 2 Добавить обжаренные овощи, соль, перец и варить на среднем огне 1 час. Свеклу, оставшиеся лук и морковь очистить овощечисткой, натереть на терке.
- 3 Помидор нарезать кубиками. Разогреть в сковороде растительное масло и обжарить лук, морковь и свеклу, помешивая, 4 минуты. Влить уксус, тушить 10 минут. Добавить помидоры и готовить еще 4 минуты. Снять с огня.
- 4 Нарезать капусту и сало небольшими кусочками. Сало обжарить на сухой сковороде до шкварок. Добавить капусту и готовить, помешивая, 6 минут.
- 5 Мясо и овощи вынуть из бульона. Бульон процедить. Положить обжаренные овощи, варить 10 минут. Добавить хрен. Довести борщ до кипения. Приправить солью и перцем.




8 порций


146 кКал


2 часа
30 минут



Баранина с весенним ароматом

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Мясо вымыть, обсушить. Положить на рабочую поверхность, надсечь ножом все утолщенные места, срезать жир и пленки. Натереть мясо солью и перцем.

2 Приготовить начинку. Кедровые орешки обжарить на сухой сковороде 2-3 минуты. Чеснок очистить и измельчить. Курагу промыть и мелко нарезать.

3 Смешать в миске кедровые орешки, чеснок, петрушку, тимьян, растительное масло и курагу. Распределить начинку по всей поверхности мяса, свернуть в рулет. Обвязать рулет шпагатом в нескольких местах.

4 Луковицы очистить, разрезать на крупные дольки. Взбить в небольшой емкости растительное масло и лимонный сок. Поместить рулет на противень, с боков выложить лук. Полить приготовленной смесью.

5 Растолочь кориандр, зиру и паприку, приправить мясо и лук. Запекать в разогретой до 220 °С духовке 20 минут. Снизить температуру духовки до 200 °С и готовить еще 40-45 минут. Вынуть из духовки, переложить вместе с луком на блюдо, накрыть фольгой и оставить на 20 минут.

6 Собрать со дна формы мясной сок. Переложить в сотейник, добавить вино и джем. Поставить на медленный огонь, довести до кипения и варить 5-7 минут. Приправить по вкусу солью и перцем. Полить баранину соусом и подать к столу.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2,5 кг бараньей ноги
без кости

3 ст. л. растительного
масла

6 луковиц

2 лимона

Для начинки:

1 ч. л. молотой зиры

1 ч. л. молотого кориандра

3 ст. л. растительного
масла

2 ст. л. нарезанной
петрушки

6 зубчиков чеснока

0,5 ч. л. паприки

5 ст. л. кедровых орешков

8 шт. кураги

2 ст. л. тимьяна

Для подливки:

1 ст. л. ягодного джема

300 мл сухого белого вина



6
порций



184
кКал



2 часа
30 минут



Алгоритм_фото_Свет_Девочки_Анастасия_Рудольф_SouthernCook.com и открытые интернет-источники

Жюльен из семги

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г филе семги
- 1 стакан сливок (20 %)
- 200 г твердого сыра
- 2 ст. л. муки
- 2 луковицы
- соль и молотый черный перец по вкусу
- зелень укропа
- растительное масло для жарки




4 порции


137 кКал


40 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Промыть в воде филе семги, нарезать кубиками. Очищенный лук нарезать кубиками.
- 2** Сыр для жюльена натереть на терке.
- 3** В разогретую сковороду с растительным маслом выложить лук, немного посолить и посыпать молотым перцем. Обжарить лук до мягкости.
- 4** В сковороду к луку выложить кусочки рыбы, посыпать мукой и перемешать.
- 5** Влить в сковороду сливки и тушить до средней густоты. Посолить и поперчить, хорошо перемешать.
- 6** Разложить жюльен по кокотницам или керамическим порционным формочкам. Сверху посыпать тертым сыром.
- 7** Запекать жюльен в нагретой духовке при 180 градусах около 6 минут до расплавления сыра.
- 8** Подать на стол, посыпав зеленью.



СОВЕТ

В качестве посуды можно использовать тарталетки. Блюдо получится еще интереснее и вкуснее.



«Мимоза» со скумбрией

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Вымыть картофель щеткой, за- вернуть в фольгу и запечь в разо- гретой до 200 °С духовке 40 минут. Обдать холодной водой, остудить, очистить и натереть на терке.
- 2 Лук очистить, нарезать очень мелко, полить уксусом, посолить, перемешать, оставить на 5 минут. Затем залить примерно 1 л кипящей воды, через 40 секунд откинуть на сито, промыть очень холодной водой и обсушить.
- 3 Огурцы нарезать мелкими кубиками. Яйца мелко пору- бить, отложив 2 желтка для украшения.
- 4 Копченую скумбрию разобрать на кусочки, удаляя ко- жу и косточки. Смешать с луком.
- 5 Выложить салат слоями в широкую салатницу или в порционные бокалы: половину картофеля, треть коп- ченой скумбрии, половину огурцов, яйца, треть копченой скумбрии, оставшиеся огурцы, оставшийся картофе- ль, треть скумбрии. Каждый слой слегка смазывать майоне- зом. Накрыть поверхность салата пленкой и поставить в холодильник на 2-12 часов.
- 6 Перед подачей равномерно натереть на салат желтки на мелкой терке. Украсить каперсами и подавать.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 3 тушки скумбрии горячего копчения
- 5 вареных яиц
- 6 картофелин
- 5 соленых огурцов
- 1 луковица
- 150 г майонеза
- 2 ч. л. уксуса
- соль, перец по вкусу
- каперсы для украшения (по желанию)



8 порций



141 кКал



1 час + настаивание



Сбитень классический

ИНГРЕДИЕНТЫ:

5 стаканов воды

3 ст. л. меда

3 бутона гвоздики

палочка корицы

клюквенный сироп
по вкусу



4
порции



53
кКал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Воду налить в кастрюлю и поставить на огонь, в миску выложить примерно 2 столовые ложки меда.

2 Добавить к меду корицу и гвоздику, влить немного сиропа для вкуса и запаха.

3 Соединить приготовленную смесь с горячей водой, перемешать все и довести жидкость до кипения, варить 20-25 минут на медленном огне, помешивая и снимая пену.

4 Выключить огонь и процедить сбитень через марлю. Разлить напиток по чашкам и подать к столу.



Морс брусничный

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г брусники

50 г меда

2,5 л воды

1 ст. л. сахара



10
порций



9
кКал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Ягоды тщательно вымыть и высыпать в емкость. Добавить сахар (сахара не нужно много, в конце мы добавим мед) и поставить на слабый огонь.

2 Когда сахар начнет растворяться, добавить воду. Довести до кипения.

3 Кипятить около 2 минут, затем снять с огня. Дать массе остыть, и только после этого добавить мед (не в кипятки, иначе мед потеряет свои свойства!).

4 Дать морсу полностью остыть, после чего процедить в графин или бутылку.

5 Подавать к столу брусничный морс с медом можно в теплом и холодном виде.

Автор фото: А. Зюванова, иллюстрации: Татьяна Ворона, Sergey Babitskiy/istock.com и открытые интернет-источники

Овсяный кисель

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан овсяных хлопьев
1 л воды
1 ст. л. меда
0,5 стакана малины



4 порции



38 кКал



4 часа

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 В емкость насыпать 1 стакан овсянки. Влить чистую холодную воду и оставить в теплом месте на 3 часа, не менее.
- 2 Взбить содержимое. Получится жидкость беловатого цвета. Процедить полученную смесь через ситечко. Овсяное молоко готово. В него добавить малину. Взбить все и процедить через ситечко.
- 3 Поставить малиновое овсяное молоко на средний огонь и довести до кипения, перемешивая венчиком. Как только кисель загустеет, снять кастрюльку с плиты, перемешать венчиком до однородной гладкой массы и слегка



охлаждать. Добавить мед и перемешать.

- 4 Разлить овсяный кисель по формочкам и поставить в холодильник на 30-60 минут. Украсить готовый кисель малиной.

Монастырский чай

ИНГРЕДИЕНТЫ:

50 г шиповника
4 веточки зверобоя
4 веточки душицы
пакетик ромашки аптечной
пакетик календулы
мед или сироп топинамбура по вкусу



4 порции



11 кКал



8 часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Шиповник залить холодной водой, довести до кипения и варить 10-12 минут.
- 2 Отвар шиповника процедить, ягоды удалить, держать температуру отвара не меньше 85 градусов.
- 3 Перелить отвар в термос, добавить пакетик ромашки и календулы. Добавить зверобой и душицу.
- 4 Влить сироп топинамбура. Если такового нет, добавить любой мед. Наставить монастырский чай в термосе не менее 8 часов, перед подачей процедить.



Красная горка – последний день Светлой седмицы. Основу меню по-прежнему составляют пасхальные блюда: куличи, пасха, крашеные яйца. Все, что осталось. Но этого, конечно, мало, а праздник нужно завершить достойно. Поэтому блюда на Красную горку готовятся торжественные, но достаточно легкие.



Салат «Зайчик»

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 отварные картофелины
- 2 свежих огурца
- 200 г варено-копченого окорока
- 4 ст. л. сметаны
- 4 яйца
- 2 веточки петрушки
- соль по вкусу
- несколько маслин



4
порции



125
ккал



30
минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Картофель, огурцы и окорок нарезать кубиками. Добавить сметану, перемешать. Выложить салат на порционные тарелки с центром в виде невысокого цилиндра.

2 Петрушку вымыть, обсушить и разобрать на небольшие веточки.

3 Очистить яйца. Вырезать из морковки нос для зайчика, из маслин – глазки, из двух листиков петрушки сделать усы. Из оставшейся петрушки можно выложить на салате «газон».

4 Сверху на каждом яйце сделать по 2 небольших надреза и вставить в них вырезанные из моркови «ушки». Поместить зайчиков на салат.



Зразы из телятины с сельдереем

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г телятины
200 г корня сельдерея
50 г зеленого лука
4 зубчика чеснока
1 ст. л. нутовой муки
1 ч. л. паприки
2 ст. л. оливкового масла
соль, перец по вкусу
зеленый ткемали
для подачи



4
порции



156
кКал



1 час
20 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Нарезать мякоть средними кусками и пропустить через мясорубку с крупной решеткой.

2 Очистить и измельчить чеснок, нарезать зеленый лук, добавить к мясу.

3 Очистить сельдерей, нарезать кубиками по 5 мм, залить кипящей водой и снова довести до кипения. Оставить на 5 минут.

4 Смешать сельдерей с фаршем. Немного посолить и поперчить, добавить паприку и нутовую муку, тщательно вымесить фарш руками. Поставить в холодильник на 30 минут.

5 Разогреть духовку до 200 °С. Застелить противень пергаментом. Смазы-



вая руки маслом, скатать из фарша круглые зразы размером с шарик для пинг-понга. Выкладывать на противень на расстоянии 5-7 мм друг от друга. Запекать 20-25 минут. Подавать горячими, с соусом ткемали.

Нежная творожная шарлотка

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 яблока
10 г творога
4 яйца
150 г сахара
70 г изюма
50 г муки
20 г сливочного масла
80 г панировочных сухарей
корица по вкусу
соль по вкусу
1 ч. л. разрыхлителя



8
порций



162
кКал



1
час

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Яйца взбить в густую пену, постепенно подсыпая сахар. Затем добавить просеянную муку, корицу, разрыхлитель, творог, изюм и перемешать до полной однородности. Яблоки очистить и нарезать дольками.

2 Форму смазать маслом и присыпать панировочными сухарями. Влить тесто и сверху украсить дольками яблок.

3 Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 40 минут.



Во второй неделе после Пасхи, во вторник, отмечают Радоницу – поминуют усопших. Это светлый день, но немного грустный, поэтому застолье должно быть скромным, без излишеств. На столе обязательно должна присутствовать кутья, можно подать блины, холодец, рыбные блюда.



Холодец из мясного ассорти

ИНГРЕДИЕНТЫ:

500 г курицы
500 г говядины
500 г свинины
1 говяжья ножка
1 морковь
1 луковица
4 зубчика чеснока
300 мл белого сухого вина
черный перец горошком
2 лавровых листа
укроп, петрушка, тимьян



10
порций



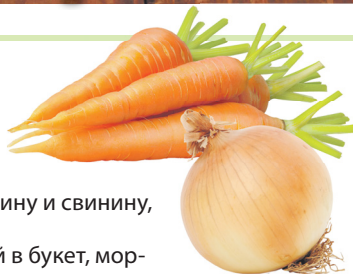
234
кКал



8
часов

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Ножку залить холодной водой и варить при слабом кипении 5 часов, снимая жир и пену. Добавить курицу, говядину и свинину, варить еще 1,5 часа.
- 2 Зелень связать ниткой в букет, морковь и лук очистить, крупно нарезать. Влить в бульон вино, положить овощи, зелень, лавровый лист и горошины перца, варить еще 30 минут. Посолить.
- 3 Бульон процедить.
- 4 Сваренное мясо снять с костей и нарезать маленькими кусочками. Чеснок очистить, измельчить, добавить к мясу. Выложить все в форму, влить бульон так, чтобы он покрывал мясо на 2 пальца. Дать остыть, затем поставить в холодильник.



Кутья

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан риса
0,5 стакана грецких орехов
0,5 стакана изюма
6 шт. кураги
1 ст. л. мака
мед или сахар по вкусу



4 порции



395 кКал



30 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Сварить рис. За 5 минут до полной готовности откинуть рис на дуршлаг. Поставить остывать.
2 Подготовить начинку для кутьи. Орехи измельчить, курагу нарезать на кусочки, смешать с изюмом и запарить кипятком минут на 5-10.
3 Мак запарить кипятком, когда он разбухнет, процедить и перетереть в ступке. Смешать рис, орехи, изюм и курагу. Приправить все медом или сахаром. Добавить мак.



Блинчики с творогом и маковой заливкой

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 мл молока
2 яйца
150 г пшеничной муки
1,5 ст. л. растительного масла
0,5 ч. л. разрыхлителя
5 ст. л. сахара
соль по вкусу
300 г творога
пакетик ванильного сахара
250 мл сметаны
1 ст. л. мака



4 порции



176 кКал



45 минут

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Заранее запарить мак.
2 Приготовить блины. Смешать венчиком яйца, 1 ст. л. сахара, соль, влить теплое молоко и снова взбить. Добавить просеянную муку и разрыхлитель и снова взбить тесто, чтобы не было комочков. Влить растительное масло и на раскаленной сковороде испечь блины.
3 Для начинки смешать творог, ванильный сахар и 2 ст. л. сахара. На каждый блин выложить немного творога. Свернуть блины с творогом конвертиком.
4 Сметану смешать с маком и 2 ст. л. сахара. Залить сметанной заливкой блины.





Изображение: Shutterstock.com и другие интернет-источники

Пасхальные игры с детьми



Праздник Пасхи продолжается всю неделю. Конечно, родителям хочется занять детей, чтобы они не только приняли участие в приготовлении, но и в веселом времяпрепровождении в Светлую седмицу.

Тем более что в народе придумано множество затей с использованием крашеных яиц.

Игра в каточки

Это одна из самых старинных пасхальных забав. Не только дети, но и взрослые всегда играли в нее с большим удовольствием. Устраивались даже настоящие чемпионаты.

Для игры понадобится каток или наклонная горка с бортиками, чтобы яйца не падали по сторонам. Яйца скатывают с этой горки. А вот условия победы разные.

1 Победил тот, чье яйцо дальше укатилось.

2 Победил тот, чье яйцо сбило яйца других участников (победитель забирает сбитые яйца себе).

3 Можно разложить на земле призы, и победитель заберет себе те призы, в которые сможет попасть яйцом.



Чоканье яйцами, или биточки

Участвуют два человека. Каждый зажимает в кулаке по яйцу. Соперники стучат одним яйцом о другое. Чье разбилось, тот проиграл и отдает свое яйцо победителю.

Играть в биточки можно и коллективно, а не только вдвоем. Игроки встают в круг. У каждого яйцо зажато в кулаке так, чтобы было видно только пяточку или носик (пяточка – тупая сторона яйца, носик – острая). Для справедливости надо, чтобы все игроки держали яйца одинаково. По считалочке выбирается заводила. Он встает в центре и начинает обходить всех игроков, пытаясь разбить их яйцо. Когда яйцо ведущего треснет с двух сторон, все игроки показывают свои яйца. Тот, у кого яйцо не разбилось, и становится новым заводилой.



Поиски яйца

Одна из самых интересных игр для малышей. В доме или во дворе прячется шоколадное яйцо, и малыш должен его найти. Можно оставить для ребенка подсказки, и у вас получится настоящий квест. Можно руководить его действиями при помощи слов «холодно», «горячо». А можно размотать по дороге до яйца клубочек. Пусть скатывает и заодно ищет свой подарок!

Сдувалки

Поделитесь на две команды. Чем больше народу, тем будет веселее. Каждая команда выставляет на стол по яйцу. Хорошо, если они будут разного цвета. И все начинают дуть! Задача не просто докатить свое яйцо до противоположного конца стола, но и помешать противнику добиться победы. Чье яйцо вперед докатится, тот и победил!

ПОЛЕЗНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

На правах рекламы

■ 8-950-808-21-99, 8-905-680-81-32 Продаю травы аконит, амарантовое масло, болиголов гинкго, дурман иссоп, каштан, копытень, кукольник, лапчатку белую, мордовник, морозник, окопник, сабельник, сироп черной бузины, шелковицу, эхинацею и др. Высылаю саженцы этих растений. Галина Степановна Кондрашова. 399782 Липецкая обл., г. Елец, ул. Юбилейная, 21-104

РАЗМЕСТИТЬ РЕКЛАМУ В «ДОМАШНЕМ ПОВАРЕ» ПРОСТО:

1. Позвонить **8 (495) 792-47-73**
2. Оплатить через терминал кошелек QIWI
3. Сообщить об оплате

ГАЗЕТА О ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ



ООО «ИД «КАРДОС» 12+ Реклама

№7 уже в продаже!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ГАЗЕТА ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2940
Оформить подписку по почтового ящика можно во всех почтовых
отделениях связи и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>

ВНИМАНИЕ!

Газета «ДАЧА» объявила новый конкурс «Был такой случай...»
Напиши про дачу – получи 1000 рублей! Подробности конкурса
опубликованы в каждом номере газеты. **ПОКУПАЙ И УЧАСТВУЙ!**
Конкурс продлится до 30 апреля

Домашний повар^{СВ} ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

ООО «ИД «КАРДОС» 12+ Реклама



№2. В продаже с 8 апреля!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ВНИМАНИЕ! Приобрести свежий номер Спецвыпуска «ДОМАШНИЙ ПОВАР» можно также:

• на сайте www.avanta.ru в разделе «Серии издательства «Кардос»».
Доставка по всей России. **8-800-100-67-14** ООО «АВИКС»
(Юр. адрес: 105082, г. Москва, Набережная Рубцовская, д. 3, стр. 3,
пом. 1, комната 25. ОГРН 1177746345622)

• по телефону в Москве
8-495-507-51-56
(будние дни с 11.00 до 18.00).
Самовывоз из редакции.

Замучили папилломы и бородавки?

«ПАПИЛОАКТИВ» поможет удалить их навсегда!

✉ Несколько лет назад я удаляла ПАПИЛЛОМЫ в воротниковой зоне и на груди лазером, остались шрамы. На месте самой крупной из них разросся некрасивый КЕЛОИДНЫЙ РУБЕЦ, выглядит ужасно и на самом видном месте. ПАПИЛЛОМЫ стали расти теперь и под мышками, и в воротниковой зоне, но самое страшное — появились вокруг глаз. Я в панике!
Гульнара, 35 лет. г. Самара

Бородавки и папилломы — не просто неэстетичные образования, это результат попадания в организм человека опасных для здоровья вирусов. Избавиться от напасти сложно: даже при радикальном иссечении (удаление лазером, жидким азотом, электрокоагуляцией) есть высокий риск их повторного появления.

Поэтому действовать нужно двумя путями — снаружи и изнутри. С этой задачей отлично справляется **двухфазный комплекс «ПапилоАктив»**. Комплекс включает в себя поддерживающие иммунитет **капсулы «ПапилоАктив»** и **сыворотку «ПапилоАктив»** для нанесения аппликатором непосредственно на образования. Это сертифицированное средство для удаления образований на коже в домашних условиях.

Декларации ЕАЭС №РУ Д-РУ.ВЯ01.В.33641, ЕАЭС №РУ Д-РУ.АД81.В.08415.
ИП Курбатов Александр Владимирович, ОГРНИП 313183121100028. РЕКЛАМА



Комплекс «ПапилоАктив» — проверенное двухфазное средство для удаления нежелательных кожных образований без операций!

ВНИМАНИЕ!

Вы можете получить 2 препарата в подарок при покупке полного курса

Позвоните на горячую линию (звонок по России бесплатный)

8 800 500 52 61

и получите полную подробную консультацию по препарату.

Доставка Почтой России за счет производителя

Завод-изготовитель ООО «Здоровая семья Сибирь» (Алтайский край, г. Бийск, ул. Крестьянская, д. 64).

ВАШ ЖУРНАЛ «ДАЧНЫЙ СПЕЦ»!



Реклама. 000 «ИД «КАРПОС», 12+

УЖЕ В ПРОДАЖЕ!

СПРАШИВАЙТЕ
В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ ОДИН РАЗ В МЕСЯЦ

Подписной индекс в каталоге «Почта России» **П2960**

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях связи и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>