

● На підвіконні

Чому троянда не цвіте

Причин того, чому не цвіте кімнатна троянда, може бути кілька.

Через нестачу освітлення. Найкраще підходять південно-східні або південно-західні вікна. Уміле використання підсвічування дозволяє зберегти у цвіту ваші троянди до зими.

Через неналежну температуру в приміщенні. Троянди теплолюбні рослини та категорично не переносять протягів.

Через неправильно підібрану ґрунтову суміш. Ця рослина любить ґрунт з нейтральною реакцією рН 6,5—7,5.

Через неправильне пересаджування, що може бути однією з основних причин відсутності цвітіння.

Через порушення живлення рослини: як від нестачі добрив, так і від їх надлишку.

Через надто сухе повітря. Слід урахувати, що якщо в квартирі висока температура (вище 23°C), то періодичне обприскування тільки тимчасово освіжає рослину, а цього буває замало. Раз на тиждень листя кімнатної троянди слід обмивати або обприскувати водою з пульверизатора.

Через ураження шкідниками. При дуже сильному ураженні рослина погано росте і розвивається, не зав'язує бутони. Якщо шкідник не встиг поширитися на рослині, то вона може зацвісти, але потім почне втрачати бутони й квітки.

Через неправильне обрізування. Обрізати троянду треба навесні, коли набухають бруньки. Залишати потрібно лише кілька сильних пагонів. У кімнатних троянд верхня частина має відповідати кореневій системі. Якщо надземна частина велика, а коренів мало, відбувається порушення живлення, коренева система не справляється з великим навантаженням, і рослина часто хворіє.

Усі троянди — рослини з обов'язковим періодом спокою, тому із середини осені, коли цвітіння закінчилося, і почало жовтіти листя, їх переносять до прохолоднішого приміщення. Оптимальна температура — 6—8°C.

3

ШАРЛОТКА З ВАРІАЦІЯМИ

3 днем Ангела!

Сьогодні іменини Олексія, завтра — Василини, Домни. 17 вересня 3 днем Ангела вітайте Федора, Юліана, 18 — Гліба, Єлизавету, Раїсу, 19 — Михайла, Михайлину, Теклю, 20 — Івана, Макара, Євгена, 21 — Марію.

7

Куди подіти непотрібні «потрібні» речі

ЧИ ТРЕБА ОБРІЗАТИ КОЛОКОВИДНІ ЯБЛУНИ

4

Вода змиє пил, пісок, комах і личинок, які «мешкають» у фруктах, а також залишки хімічних засобів, якими їх обробляли. Користуйтеся спеціальними м'якими щіточками. Також не гребуйте харчовою содою — потріть нею шкірочку плодів, а потім змивайте.

Імпортні фрукти, які ми через їхній гарний вигляд іноді купуємо до святкового столу, слід спочатку покласти на сито і обдати окропом. Потім обсипати содою та потерти жорсткою щіточкою, щоб не пригоститися воском, нанесеним на шкірку.

Ще можна користуватися дитячим милом без ароматизатора — воно чудово знімає захисну плівку з плоду. Після миття фрукти доцільно потримати в холодній воді з години. Якщо хочете пригостити «заморським» яблуком чи грушею дитину, почистіть їх — блискучу красиву шкірку не дуже корисно їсти навіть дорослим.

Жовті плями під привабливою «обгорткою» — ознака високого вмісту у плодах нітратів. Такі їсти не слід. Чи принаймні варто вжити застережних заходів — покладіть фрукти в миску, залийте водою і поставте на добу в холодильник. Це зменшить кількість нітратів, але водночас «вितягне» й частину вітамінів. Тож уважніше оглядайте

● Господарка

Аби фрукти й овочі — на користь



Нині вдосталь овочів та фруктів — заряджайся вітамінами досхочу! Щоб отримати якнайбільше користі, а ризик отруїтися звести на нівець, їх слід правильно мити. Хоча ця заувага багатьом може здатися смішною, прислухатися до поради вкрай важливо.

● Не дрібниці

плоти перед купівлею.

Цитрусові слід спершу ошпарити, потім обполоснути проточною водою. Якщо купили до столу ананас, помийте, а потім обдайте

окропом. Тепер його можна сміливо чистити й нарізати. Банани, гранати, хурму споліскуйте холодною водою з дитячим милом або содою, після чого знімайте шкірку. Персики й абрикоси мийте так само. Якщо «заморські», чистіть обов'язково.

Журавлину, брусницю мийте невеликими порціями в ситі під проточною водою. Малину теж розкладіть на ситі, потім опустіть у миску з водою на хвилину і струсіть. Так треба зробити кілька разів, міняючи воду. Потім ягоди залиште на певний час на ситі, щоб підсушилися. Виноград промивайте сильним стру-

менем води. Якщо грона дуже тугі, розріжте їх ножицями на кілька частин. Ягоди відривати не потрібно.

Куповані сухофрукти, особливо яскраві та блискучі, вкриті сіркою, яка використовується при сушінні, слід ретельно промити прохолодною водою, потім обдати окропом, а краще потримати в ньому 10—15 хв.

Кавун чи диню легенько пошкребіть щіточкою й ополосніть.

Капусту мити необов'язково, достатньо просто почистити. Треба вирізати найтовстіші черешки на листках і качан, бо в них накопичується найбільше нітратів. Цвітну капусту і брокколі почистіть і замочіть на півгодини у прохолодній солоній воді. Можна додати оцет у розрахунок одна столова ложка на літр. Комахи, що потрапили в суцвіття, незабаром спливають на поверхню.

Картоплю, буряки, моркву, редьку, хрін, редиску гарно вичистіть від землі. Потім залийте теплою водою, дайте постояти і добре пошкребіть щіточкою. Сполосніть і після цього чистіть.

● Місячний календар

15 вересня, четвер. Перша чверть. Місяць у Водолії, Рибак (5 год 24 хв). 14/15 дні Місяця. Схід — 18 год 54 хв, захід — 4 год 54 хв.

●

16 вересня, п'ятниця. Повня. Місяць у Рибак. Місяць у Рибак. 15/16 дні Місяця. Схід — 19 год 26 хв, захід — 6 год 09 хв.

●

17 вересня, субота. Повня. Місяць у Рибак, Овні (7 год 23 хв). 16/17 дні Місяця. Схід — 19 год 57 хв, захід — 7 год 26 хв.

●

18 вересня, неділя. Повня. Місяць у Овні. 17/18 дні Місяця. Схід — 20 год 28 хв, захід — 8 год 44 хв.

●

19 вересня, понеділок. Повня. Місяць у Овні, Тельці (7 год 59 хв). 18/19 дні Місяця. Схід — 21 год 02 хв, захід — 10 год 03 хв.

●

20 вересня, вівторок. Повня. Місяць у Тельці. 19/20 дні Місяця. Схід — 21 год 39 хв, захід — 11 год 20 хв.

●

21 вересня, середа. Повня. Місяць у Тельці, Близнятах (8 год 54 хв). 20/21 дні Місяця. Схід — 22 год 21 хв, захід — 12 год 34 хв.

ЧАЙ З КАЛИНИ ДЛЯ ТЕЛЯТКА

Зміцнювальний засіб. Відвар квіток застосовують при кашлю, шлунково-кишкових захворюваннях і як в'язуче при проносі. Із плодів калини готують настій (1:20) для телят як вітамінний та потогінний засіб. Випоюють його по 1—2 ст. л. 3—4 рази на день. А відвар кори (1:10) дають для розслаблення м'язів кишечника.

ЧИМ КРОЛИКІВ ГОДУВАТИ

Годують 4—5 разів на добу.

Кращими кормами для одержання вгодованих тварин є макуха, шрот, кукурудза, ячмінь, овес, картопля, молочні та інші харчові відходи. Під час відгодівлі, яка триває 30 днів, тварин обмежують у русі. Для цьо-

ка по 1—2 склянки тричі на день.

У боротьбі зі стафілоковою і стрептоковою інфекцією використовують календулу. Як жовтогірний засіб настоянку календули (1:10 на 70% спирті) дають телятам тричі на день. Перед вживанням розводять 1 ч. л. настоянки у склянці води чи молока.

го їх поміщають у вузькі клітки або влаштовують перегородки у великих клітках. Для того, щоб м'ясо не набуло неприємного запаху і смаку, приблизно за тиждень до забою кроликів припиняють годувати листям капусти, виключають з раціону і полин.

● Знадобиться

Будуть довго свіжими

Зелені огірки можна зберегти свіжими кілька днів, якщо тримати їх зануреними на три чверті у воду хвостиками донизу. Воду слід міняти щодня.

Можна вкласти огірки в емальований посуд і тримати на нижній полиці холодильника без кришки або загорнути в мокрий рушник.

На огірках погано позначається сусідство з яблуками.

ПОГОДА на тиждень	Температура	Опади	Вітер, м/с	Тривалість дня
За даними мережі Інтернет				
четвер, 15 вересня	+10 / +22	ясно	сх., 2	12.35
п'ятниця, 16 вересня	+10 / +25	ясно	зм. напр., 3	12.32
субота, 17 вересня	+13 / +21	без опадів	зм. напр., 3	12.28
неділя, 18 вересня	+14 / +19	можливий дощ	півн.-сх., 3	12.25
понеділок, 19 вересня	+11 / +16	можливий дощ	півн.-сх., 3	12.21
вівторок, 20 вересня	+9 / +19	без опадів	сх., 3	12.17
середа, 21 вересня	+9 / +20	без опадів	зм. напр., 3	12.13

• 3 Божої аптеки

Вересові ліки
Не знаєте, який на вигляд верес? Лісові галявини часто-густо вкриті вічнозеленими рослинами із ніжними бузково-рожевими квіточками-дзвониками. Це і є верес. Нині багато вересових секретів втрачено. А ті, що залишились, рідко використовуються. А дарма.

✓ 1 ч. ложку висушених квіточок вересу залийте склянкою окропу, настоюйте 5 хв. Процідіть, додайте до смаку вересового меду. Пити такий чай слід по третині-половині склянки при головному болі, запамороченнях, при порушенні кровообігу в судинах головного мозку, атеросклерозі та безсонні.

✓ 1 ч. ложку трави залийте склянкою окропу, настоюйте 10 хв. і вживайте 4—5 разів на день при застуді, як потогінний засіб.

✓ Лікуються вересом хворі на цистит, запаленні протоків сечового міхура, передміхурової залози, сечокам'яну хворобу.



✓ Верес впливає на сольовий обмін, тому його застосовують при захворюваннях суглобів — поліартритах, подагрі, набряках ніг.

✓ Вересовими чаями відпоюють переляк у дітей і дорослих, лікують розлади нервової системи.

✓ У суміші з валеріаною та глідом використовують верес у разі серцевих захворювань.

✓ Відваром гілок і квіток у суміші із собачою кропивою здавна успішно лікують хронічні запальні процеси та викликані ними зміни у серцевому м'язі, серцевих клапанах. Для цього слід взяти 2 ч. ложки суміші, залити склянкою окропу, варити 15—20 хв. Випити відвар упродовж дня.

✓ Ця рослина має також здатність втамовувати біль (але великі дози вересу діють наркотично).

✓ Використовують верес і зовнішньо. Порошком із висушених квіток присипають гнійні рани та екземи, саму ж відварену чи запарену траву у вигляді компресів накладають на забиті місця, вивихи, переломи.

✓ Ванни із вересом знімають ревматичний біль і набряки в суглобах. У вересових ваннах здавна купали дітей із ознаками рахіту, а також шкірними висипами і виразками на тілі.

Увага! Перед тим як скористатися будь-яким рецептом, обов'язково порадьтеся з лікарем!

Нині фахівці із соколікування пропонують рецепти, до складу яких входить сік цього овочу, від 154 хвороб. А ще моркву вважають справжнім еліксиром вічної молодості. І ті, хто шукав такий еліксир, вважали, що на 90% він мав складатися з морквяного соку.

Та все ж найголовніше в моркві — каротин, за вмістом якого вона не знає собі рівних серед інших овочів, поступаючись хіба що перцю. З ним пов'язані загальноозміцнювальні особливості впливу моркви на організм та захист його від різних інфекційних захворювань, поліпшення зору та добрий ріст дітей, а за деякими даними — підвищення стійкості до злоякісних пухлин.

Лікарі переконані, що морква може бути дуже корисною при хворобах серця, гіпертонії, захворюваннях жовчовивідної системи та нирок. Адже цей коренеплід надзвичайно багатий на солі калію і після його вживання спостерігається послаблювальний, жовчо- та сечогінний ефекти.

✓ За недокрів'я, загального знесилення, статевого безсилля, катарів верхніх дихальних шляхів, пневмонії, задухи, застуд рекомендують пити сік моркви з медом (1:1).

✓ Для посилення роботи шлунково-кишкового тракту і доброго засвоєння їжі слід пити свіжий сік моркви за 30 хвилин до їди.

✓ При закрепах і геморої 150—200 г соку з м'якушем приймають натщесерце. Маленьким дітям при закрепах дають по 1 столовій ложці вранці та ввечері.

✓ За каменів у нирках і сечовому міхурі 2—3 столові ложки насіння моркви залити 2 склянками окропу, настояти протягом двох годин, на ніч поставити в духовку. Процідити й приймати по чверті склянки тричі на день.

✓ За нирковокам'яної хвороби, а також як пронос-

Справжній еліксир вічної молодості



Стародавні цілителі, не знаючи ще нічого про вітаміни, призначали хворим як ефективний засіб від більшості захворювань масло, «підфарбоване морквою» (соком).

• А ви знали?

не й вітрогінне змолоти насіння моркви на порошок і приймати його по 1 г тричі на день.

✓ При авітамінозах, сечокам'яній хворобі, хронічному холециститі, гастритах зі зниженою кислотністю шлункового соку, поліартритах обмінного характеру, бронхітах, ларингітах, нефритах, а також для полоскання рота й горла при стоматитах і запальних процесах слід пити морквяний сік по 0,5 склянки тричі на день.

✓ За сечокам'яної хвороби, стенокардії та ниркових кольок (спазмолітична дія) 2 столові ложки насіння моркви залити склянкою окропу, настояти протягом ночі. Вранці прокип'ятити 3

хвилини, охолодити, процідити й пити теплим по одній склянці тричі на день до їди.

✓ До обморожених ділянок шкіри, опіків, виразок, гнійних ран прикладають кашку з натертої моркви.

✓ При лікуванні від бронхітів і ларингітів слід змішати 250 г морквяного соку з 2 столовими ложками меду. Приймати по 1 столовій ложці через 2—3 години 4—5 разів на день.

✓ За слабкості у м'язах, застуд, відставанні у розвитку, дитячому паралічі (ДЦП) терта морква дуже корисна дітям — по 50—100 г тричі на день.

✓ Від поліартриту відвар бадилля моркви прикладають зовнішньо у вигляді компресів на хворі місця, а потім добре їх утеплюють. У цьому випадку можна також застосовувати компрес із тертої моркви з цибулею.

✓ Для лікування від гемо-рою народні цілителі рекомендують приймати чай із морквяного бадилля, яке заварюють як звичайну заварку, по 1 склянці 3—4 рази на день.

Протипоказання

Морква протипоказана при загостренні виразкової хвороби шлунка й дванадцятипалої кишки, запаленнях товстого й тонкого кишківника, підвищеній кислотності шлункового соку, діарейному синдромі, гострому коліті та ентериті, проносі, фосфатурії, гіпервітамініозі А, цукровому діабеті (особливо високоцукристі сорти), пониженій функції щитоподібної залози.

Також обережно слід вживати моркву в другій половині вагітності, бо вона може спричинити посилену перистальтику кишківника, що небажано.

Слід враховувати, що сирю морква перетравлюється важко, викликає газотворення. Тому лікуватися краще соком цього овочу.



• Лікує природа

БУЗИНОВИЙ СИРОП...

Якщо стиглі ягоди пересипати цукром (1:1), то через два тижні можна отримати дивовижний еліксир. Його треба процідити і помістити в холодне місце. Це сильний біологічно активний засіб, що має вітамінізуючу, протипухлинну та кровоочисну дію. Сироп можна пити також для профілактики вірусних захворювань. І просто для задоволення — по одній десертній ложці тричі на день після їди.

...І ВІДВАР

2 ст. л. сушених плодів залити 500 мл гарячої води і варити 10—15 хв. Відвар злити, плоди розім'яти, залити водою (500 мл) і варити ще 5—10 хв. Потім з'єднати обидва відвари, додати 3 ст. л. цукру, лимонну кислоту і варити до готовності. Вичавки можна використовувати як начинку для пирогів.

БУРЯКОВИЙ КВАС

Очистити судини в домашніх умовах можна буряком. 1 кг сирого червоного буряка ріжуть соломкою і кладуть у 3-літровий слоїк, додають 2 ст. л. з чубком цукру, 2 г солі та заливають холодною кип'яченою водою, звернуху кладуть скоринку чорного хліба. Настояють при кімнатній температурі 3 дні, потім зливають.

П'ють по 1/2 склянки за 30 хв. до їди тричі на день. Зберігають ліки в холодильнику, а вміст банки заливають повторно такою ж сумішшю, тільки міняють хліб. Поки вживають першу порцію, друга настоюється, потім роблять третю порцію.

Лікування можна повторити ще через півроку. Буряковий квас очищає судини, лікує від варикозу.

• На прохання читачів

М'ЯКЕ ОЧИЩЕННЯ ПЕЧІНКИ ВІДВАРОМ ВІВСА

Пігментні плями на тілі є, як правило, свідченням того, що з печінкою у вас не все гаразд. Щоб налагодити роботу цього важливого органу, 1 скл. цільного вівса промити, залити літром води (можна окропом). Кип'ятити 30 хв. на малому вогні, щоб з'явився слиз. Пити кисіль до 2 л на день. Напій із вівса не лише чистить печінку, а й виводить із організму усе погане.

ОЧИЩЕННЯ ПЕЧІНКИ ГВОЗДИКОЮ

Щоранку слід пити по 3 ст. ложки оливкової олії, настоєної на гвоздиці: у 100 г оливкової олії всипати 10 г меленої гвоздики, настоювати не менше 3 днів. Ці ліки сприяють виведенню жовчі, поліпшують роботу печінки і, як наслідок, покращується колір обличчя.

ІМБИР ДЛЯ СУДИН

Взяти 0,5 ч. ложки тер-

Очищення організму за Геннадієм Малаховим



того на дрібній терці кореня імбиру, 1/3 ч. ложки сухої трави полину і сік одного лимона (лимон посилює обмін речовин). Додаємо півсклянки гарячої води, настоюємо 20 хв., проціджуємо, додаємо 1 ч. ложку оливкової олії. Пити щоранку натщесерце протягом місяця. Цей напій сприяє усуненню застійних явищ в організмі, посилює

кровообіг, допомагає очистити організм і нормалізувати роботу всіх органів і систем.

«СІМ СКЛЯНОК»

ДЛЯ ОЧИЩЕННЯ СУДИН

Коли будете вживати цей еліксир, очистите кровоносні судини, покращиться циркуляція крові. Також еліксир лікує мастопатію, відновлює тканини.

поки не закінчиться еліксир.

ОЧИЩЕННЯ ОРГАНІЗМУ ОЛІЄЮ

Це дуже простий, але дієвий спосіб очищення організму. Щоранку потрібно 1 ст. ложку олії тримати в роті 15—20 хв., ніби смокчучи, як цукерку. Шляки з організму будуть виводитися через слинні залози. Після цього олію слід виплюнути (в жодному разі не ковтати).

ВАЖЛИВО!

Головне — слідкуйте за кишечником! Якщо він нормально працює — ви здорові. Для поліпшення роботи кишечника потрібно кулачки поставити на живіт і на видиху із нахилом корпусу вперед втиснути їх у живіт. Кілька разів повторити вправу.

Покращить роботу кишечника ще одна вправа: встаньте на повний зріст, ноги поставте ширше плечей, на вдиху праву руку відведіть убік і назад з поворотом корпусу вправо, а на видиху корпус поверніть у вихідне положення і нахиліть, дістаньте правою рукою носок лівої ноги.

Потім відведіть ліву руку вбік і назад із поворотом корпусу вліво. На видиху корпус повертайте у вихідне положення і лівою рукою дістаньте носок правої ноги. Не забувайте слідкувати за диханням. Вправу зробіть 10—15 разів у кожен бік.

Хвороба — це здорова реакція організму на нездоровий спосіб життя

Звісно, є класичний варіант приготування шарлотки, його готують всі, всюди і багато років. Однак, трішки проявивши фантазію, поекспериментувавши зі складниками, ви отримаєте ще більш довершену і смачну випічку. А головне — ваша давно улюблена страва отримає нове життя, відтак готувати її можна буде ще частіше, і в різних варіаціях.

Тож розпочнемо з класичного варіанту приготування шарлотки, такого, який готували ще наші бабусі.

ПРОСТИЙ РЕЦЕПТ ШАРЛОТКИ З ЯБЛУКАМИ

5 середніх яблук, 370 г борошна, 200 г вершкового масла, 3 яйця, 200 г цукру, 2,5 ч. ложки розпушувача, 70 г світлих родзинок (за бажанням), абрикосове варення — для змащування, дрібка солі.

Духовку розігріти до 180 градусів. Яблука почистити, порізати тонкими скибочками. Збризнути лимонним соком. Міксером збити масло і цукор, по одному додати яйця. Борошно, розпушувач і сіль перемішати — всипати у готову суміш. Додати родзинки і перемішати. На форму для запікання розстелити пергамент і викласти тісто. Зверху віялом розкласти яблука, змастити їх варенням. Випікати 40—45 хвилин.

ШАРЛОТКА ЯБЛУЧНА ЗІ СЛИВАМИ

3 яблука, 1 лимон, 5 великих слив, 4 яйця, 60 г цукру, 130 г борошна, 100 мл вершків 20-відсоткової жирності, дрібка солі, ванільний цукор, цукрова пудра, кориця — для прикрашання.

Духовку розігріти до 190 градусів. Яблука очистити від шкірки і серцевини, порізати дрібними кубиками. Збризнути їх лимонним соком, посипати ванільним цукром і тертою цедрою

• Про запас

Метод гарячого розливу

Будь-які ягоди (чорниці, сливи — з останніх обов'язково видалити кісточки) варять як звичайне варення, але без цукру. Спочатку доводять до кипіння, кілька хвилин кип'ятять, тут же розливають у простерилізований посуд і закупорюють. (У процесі варіння ягоди дещо втрачають свій товарний вигляд).

Досвідчені господині стверджують, що кислі плоди і ягоди достатньо тричі залити одним і тим самим окропом і закупорити. А солодкі необхідно стерилізувати.

Якщо в заготовки додати ароматичні й цілющі трави, сік інших плодів, овочів і ягід, які підсилюють смакові якості основної сировини (наприклад, сік столових буряків, червоної смороди-ни, жимолості), то ефект виходить кращий, ніж при консервуванні з цукром.

Добавка в усі заготовки аскорбінової кислоти по-



• Пальчики оближеш

Пухкий бісквіт з яблуками — простий і довершений варіант приготування відомої з дитинства випічки. Ніжний, наполовину заповнений яблуками пиріг не просто смачний, а й порівняно з іншою випічкою низькокалорійний. Тому відмовитися від його шматочка не під силу навіть найзапеклішим противникам солодкого.

лимона. Додати половинки слив. Муку просіяти, додати яйця, перемішати вінчиком. Поступово влити вершки, додати цукор, сіль, все збити міксером. Додати яблука, сливи і перемішати. Викласти тісто в змащену форму або вистелену пергаментом, розрівняти і випікати 35—40 хвилин. Вийняти з духовки, охолодити, посипати цукровою пудрою, а боки — корицею.

ШАРЛОТКА З ВИШНЯМИ

200 г цукру, 250 г вершкового масла, 5 яєць, 1 скл. борошна, 1 ч. ложка розпушувача, 120 г крохмалю (можна кукурудзяного), 300–400 г вишень (свіжих або заморожених).

Духовку розігріти до 200 градусів. Вершкове масло збити міксером, поступово додаючи цукор. Додати яйця і теж збити. Борошно просіяти, додати розпушувач і крохмаль. Суху суміш всипати в тісто і при цьому

продовжувати збивати. Форму для запікання вистелити пергаментом, його змастити маслом, викласти тісто. Зверху покласти вишні. Випікати 30—40 хвилин.

ПРЯНА ШАРЛОТКА З ЯБЛУКАМИ

300 г борошна, 2 ч. ложки розпушувача, 1/3 ч. ложки соди, 1 ч. ложка з гіркою кориці, 1 ч. ложка кардамо-ну, 0,5ч. ложки солі, 180 г масла, 150 г цукру, 1 ч. ложка ванільного цукру, 2 яйця, 120 мл молока, 2 великі яблука, 5 ст. ложок коричневого цукру, сік половини лимона.

Духовку розігріти до 180 градусів. Просіянеборошно перемішати з розпушувачем і содою, посолити. М'яке вершкове масло збити зі звичайним цукром і ваніліном. Не перестаючи збивати, по одному додати яйця. Суміш змішати з борошном, влити молоко і ще раз ретельно перемішати,

але вже не міксером, а ложкою чи лопаткою. Яблука очистити від шкірки і серцевини і порізати тонкими кружальцями. На форму вистелити пергамент, змастити його маслом і посипати півтора столовими ложками коричневого цукру. Збризнути лимонним соком і знову посипати тією ж кількістю цукру. Половину тіста вилити в форму і акуратно викласти половину яблук. Залити іншою частиною тіста, а зверху викласти яблука, що лишилися. Зверху їх присипати коричневим цукром — 2 столовими ложками. Випікати 50—60 хвилин.

ЯГІДНА ШАРЛОТКА З БІЛИМ ШОКОЛАДОМ

120 г молока, 200 г сметани, 100 г вершкового масла, 280 г борошна, 100 г цукру, 2 яйця, цедра невеличкого лимона, 1 ч. ложка ваніліну, 1 ч. ложка розпушувача, 200 г білого шокола-



ду, 200 г будь яких ягід (можна і заморожених).

Духовку розігріти до 180 градусів. Вершкове масло розтопити, охолодити, змішати з молоком, сметаною, яйцями, цедрою лимона і ваніліном. В іншій посудині ретельно перемішати просіяне борошно, розпушувач і цукор. З'єднати з готовою сумішшю, перемішати дерев'яною лопаткою. Шоколад подрібнити на маленькі шматки і додати в тісто. Також додати ягоди. Обережно перемішати тісто знизу вверху. На форму для запікання виложити пергамент, вилити тісто, випікати 50 хвилин.

ШАРЛОТКА З ГРУШКАМИ

500 г грушок, 2 яйця, 180 г цукру, 200 мл натурально-го йогурту чи ряжанки, 250 г борошна, 1 ч. ложка розпушувача, 0,5ч. ложки солі.

Духовку розігріти до 200 градусів. Грушки очистити від шкірки і серцевини, порізати кубиками середньої величини. Яйця збити з цукром, додати йогурт, борошно, розпушувач, сіль. Ретельно перемішати і додати шматочки груш. На форму для запікання вистелити пергамент, викласти тісто. Випікати 40—45 хвилин.

ШАРЛОТКА ЯБЛУЧНО-МАКОВА

400 г борошна, 1 ч. ложка розпушувача, 250 г цукру, 150 г маку, 1 ч. ложка соди, 200 г вершкового масла, 4 яйця, цедра одного лимона, 2 ст. ложки лимонного соку, 200 мл натурального йогурту, 2 великі яблука.

Духовку розігріти до 180 градусів. З'єднати борошно, розпушувач, цукор, мак і соду. Все ретельно перемішати. Масло розтопити і трохи охолодити. Змішати з яйцями, цедрою і соком лимона, йогуртом. Додати очищені і порізані кубиками яблука. З'єднати обидві суміші, швидко перемішати. Викласти тісто у форму з пергаментом, випікати 40 хвилин.

Поліпшить смак пюре лимонна кислота. Це буде доречно, коли використовуються солодкі сорти. Відмінно поєднується з яблуками кориця. На один кілограм плодів — половина чайної ложки цієї пряності. Смак вийде дуже насичений. А ще можна поєднувати яблука з іншими фруктами, скажімо, грушами.

Фруктове пюре

Сливи (інші ягоди) миють



• А ви знали?
ЧОМУ ПИРІГ ТАК НАЗВАЛИ
і як його готували
Існує кілька варіантів оповідок щодо історії виникнення шарлотки.

Одна з них говорить, що назва виникла від староанглійського слова «charlyt», що в перекладі означає «страва із заварним кремом». Так, власне, і готували шарлотку спочатку.

Також існує думка, що пиріг отримав свою назву на честь дружини короля Георга третього — Шарлотти. Королева дуже любила яблука, тож рецепт ніжної випічки з яблуками став її улюбленим.

Інша історія — про кохання. Молодий кондитер до безтями закохався в дівчину Шарлоту і, щоб привернути її увагу до себе, придумав цей простий рецепт пирога з яблуками. Випічка настільки сподобалася дівчині, що вона також закохалася в хлопця.

Як не дивно, але спочатку шарлотку готували не з бісквітних коржів, а з хліба. Аби не викидати черствий хліб, вигадали смачний десерт до чаю. Шарлотку у Франції також готували з хліба. Білий хліб, яблука, лікер, заварний крем були основними складниками цього десерту.

Англіїці готували пиріг з бісквітного печива, перемашеного вершковим кремом і солодкими начинками. Все закріплювалося за допомогою желе.

Визначення шарлотки є навіть у словнику Даля, де вона означає круглий пиріг з варенням. Хоча насправді ця страва готувалася виключно зі свіжими ягодами і фруктами.

За матеріалами jisty.com.ua.

І навіщо там цукор?

Ми вже настільки звикли до думки, що цукор є незамінним консервантом, що й уявити собі не можемо без нього якийсь рецепт варення чи компоту. Між тим наші бабусі робили чудові запаси «солодошів», обходячись без цукру. Пропонуємо рецепти припасів без його застосування.

ліпшує смак, харчову цінність і зовнішній вигляд ягід і фруктів, сповільнює перебіг у них окислювальних процесів.

У власному соку

У ретельно вимиті банки вкладають будь-які ягоди чи фрукти (кісточки видалити обов'язково!) і стерилізують методом водяної бані. У міру осідання сировини у банки докладають нові її порції. При нагріванні виділяється сік, і як тільки він досягне горлечка — стерилізація припиняється. Закривають такі банки звичайними поліетиленовими кришками.

Взимку заготовки можна використовувати як начин-

ку до випічки, а із соку варити киселі чи компоти.

Консервовані труші

Трохи не дозрілі плоди миють і ріжуть на часточки, видаляючи серцевину та плідоніжку. Далі бланшують близько 10 хвилин у слабкому розчині лимонної кислоти (приблизно 1 грам на 1 літр води). Груші закладають у банки і стерилізують під прикритою кришкою 20 хвилин, після чого відразу закатують.

Яблучне пюре

Його можна приготувати з будь-яких, навіть перезрілих, яблук. Краще брати солодкі сорти. Плоди миють, ріжуть на частини, ви-

Найскладніше в приготуванні їжі — вирішити, що все-таки готувати

• До часу

САДИМО ЯГІДНІ КУЩІ

На глинистих землях ями треба копати 50 см завширшки і 35–40 см завглибшки. У них треба внести 1–2 відра торфокомпосту, 0,5 скл. нітрофорки, 0,5–1 скл. вапняної суміші (залежно від кислотності ґрунту). Мінеральні добрива можна з успіхом замінити деревним попелом у кількості 2–3 скл. на яму. Попіл же замінити вапном. Все це треба ретельно перемішати.



На ґрунтах окультурених, багатих на органічні речовини, можна копати ями меншого розміру — важливо, щоб коріння вільно розмістилося в них. При посадці треба стежити, щоб коріння було спрямовано в усі боки.

Садити кущі треба на 5–6 см глибше, ніж вони росли в розпліднику. Для кращої приживлюваності землю біля кущів після посадки треба ущільнити, щоб не було порожнин біля коріння, і рясно полити (приблизно відро води), після чого ґрунт присипати пухкою землею.

• На прохання читачів

Картопля під зиму для надраннього врожаю

Те, що бульби картоплі, які залишилися на наступний рік після збирання, можуть зійти, знають усі. Ось тільки врожаю вони практично не дають. Це аж ніяк не через те, що бульби виявилися «підзимовими». Просто вони перебувають на дуже великій глибині і тому дають тільки дрібних «нащадків». Якщо ж ми садимо картоплю під зиму, то можна виростити дуже ранній урожай «другого хліба».

Скоростиглість «озимої» картоплі не єдина перевага осінньої посадки. Такі рослини краще використовують зимово-весняну волюгу, встигають сформувати урожай раніше ніж настане спека, закінчують ріст до появи фітофтори і практично не вимагають обробок від хвороб.

Проте осіння посадка картоплі — справа ризиківана, тому не треба на неї витрачати всю насіннєву картоплю. Хіба не більш ніж половину залишитися для підстраховки на весну.

Правила посадки «озимої» картоплі

Щоб підзимова картопля виростила, треба дотримуватися певних правил. По-перше, захистити бульби від ґрунтових шкідників та корневих гнилей. Це одна з головних причин загибелі бульб протягом зими. Допомогти в цьому допоможе грамотна підготовка насіннєвого матеріалу.

Відразу скажемо, що колоновидні яблуні треба й обрізати, і формувати. Але на відміну від «стрижки» звичайних сортів тут маса нюансів.

Насамперед потрібно запам'ятати: верхівку видаляти не можна в жодному разі! Всі маніпуляції можна проводити тільки з бічними гілочками.

Взагалі багато садівників обрізкою колоновидних яблунь не переймаються — вони й так ростуть компактно. Проте вона потрібна. Навіщо? Щоб зміцнити молоді пагони, замінити старі новими й дати плодам більше сонячного світла. До того ж деякі колони згодом нарощують досить довгі гілки й нагадують неохайні йоржики для миття посуду.

Формують такі дерева впродовж трьох років.

Перший рік. На початку квітня потрібно обрізати всі бічні гілочки на 2 бруньки (мал. 1). Протягом літа з кожної виросте по одному сильному пагону.

Другий рік. Той із двох пагонів, що займає положення ближче до горизон-

Це питання виникає у багатьох власників цього чуда селекції. І справді: начебто дерево, а деревам, як відомо, обрізка необхідна. Але з іншого боку, воно не гілкується. Але насправді щодо колоновидних яблунь є цілком чіткі інструкції, розроблені вченими.

• Садівникові

тального, залишають, як є: влітку на ньому будуть перші яблуньки. А другий так само вкорочують на 2 бруньки (мал. 2), кожна з яких дасть по новому сильному пагону.

Обрізування проводять так само рано навесні, до початку сокоруху.

Третій рік. Гілку, на якій



Рис. 1

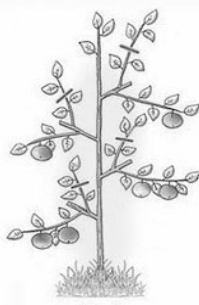


Рис. 2



Рис. 3

Чи треба обрізати колоновидні яблуні



у минулому році був урожай, вирізують на кільце. А з двома пагонами, що залишилися, чинять так само, як другого року (мал. 3).

Таку обрізку повторюють до 5 років. А потім плодову ланку вирізують на кільце біля самого стовбура. У результаті нижня частина яблуні буде поступово оголюватися, а врожай переміщатися на верхні гілки.

Щоб стовбур колоновидної яблуні не гнувся під вагою врожаю, його краще прив'язати до міцного кола.

У колоновидних яблунь суперкарликів рани гояться дуже важко. Навіть випадково ушкоджена кора може призвести до різкої втрати врожаю. Тому такі сорти краще обрізати не навесні, а прищипувати

влітку, поки пагони ще зелені. Принцип той самий: 2 бруньки треба залишити, а верхівку відірвати.

Колоновидні яблуні дуже чутливі до зимових холодів. Для того щоб дерево краще перенесло зимову холоднечу, не рекомендується поміщати саджанці в землю восени. Краще відкласти посадку до весни, тоді деревце зможе досить зміцнити й набратися сил.

Восени верхівку яблуні варто обмотати ганчірками або кількома шарами щільного паперу. Це дозволить захистити верхню бруньку від впливу низьких температур. Щоб стовбур не зламався від поривів вітру, його слід прив'язати до опори.

• Компетентно

Полуницю найкраще садити у вересні

Правильний догляд за полуницею є запорукою великого врожаю цих смачних і корисних ягід. Без вчасного пересаджування старі рослини припиняють плодоносити. Та й земля, де росте ця культура, виснажується.

Найкращий час для висаджування саджанців полуниці — квітень або серпень-вересень. Посаджена навесні полуниця не дасть врожаю влітку, а осіннє висаджування добре тим, що розсада як слід приживеться, перезимуватиме, а навесні активно почне рости.

Якщо надворі похмура погода і тривають дощі, саме час зайнятися пересаджуванням полуниці.

Найкращими попередниками для полуниці є морква, зелені культури, петрушка, цибуля або часник, селера, кріп, салат, редиска, буряк. Не рекомендується місце, де раніше росли баклажани, картопля, огірки, капуста, перець, оскільки вірусні хвороби цих рослин переходять на ягідні кущі.

Передусім потрібно підготувати грядку — скопати землю, внести гній або перегній (це обов'язково, тому що на цьому місці рослини будуть рости довго і їм потрібні поживні речовини). Далі робимо невеликі ямки з таким розрахунком, щоб відстань між кушами була приблизно 30–40 см, куди кладемо трошки попелу (вбиває мікроби, дає по-



луниці кальцій для росту і захищає від личинок хруща, які підгризають корінці, і рослини засихає).

Поливаємо ямку водою і у вологу землю садимо відразу 2 молоді кушечки з розрахунку на те, що один з двох кушечків обов'язково приживеться, а якщо приживуться обидва, то урожай ягід буде більшим.

Висаджувати полуницю потрібно надто глибоко, і на поверхню рослини не повинні занадто високо виступати, — замерзнуть. Огляньте кушечки і зауважте місце, з якого ростуть листочки — це так звана точка росту, вона повинна бути на рівні із землею. Присипте коріння землею, легенько втрамбуйте, щоб земля щільно прилягала до коріння.

Догляд за полуницею полягає у своєчасному прополюванні, поливі у суху погоду, підживленні, мульчуванні, в укріпті рослин на зиму.

Поливати полуницю потрібно регулярно, не допускаючи тривалих перерв. Якщо волога не надходить більш ніж 2 тижні, це може

• Варто знати

ГОРІХИ ЗБИРАЙТЕ ЗА СУХОЇ ПОГОДИ

Коли горіхи дозріють — це друга половина вересня, — збирати їх треба за сухої погоди. Якщо трапилося, що плоди замокли, необхідно їх просушити і зберігати окремо від зібраних сухими.

Трапляються роки, коли у вересні нічні температури опускаються нижче нуля. Якщо горіхи потрапили під приморозки, їх треба використати в першу чергу, оскільки швидко псуватимуться.

Щоби плоди довго зберігалися і не погіршувалися їхні смакові якості, слід добре їх підсушити. Для цього горіхи насипають в один шар на велике дечко, кладуть у духовку і постійно помішують, щоб не «підгоріли», та знімають, щойно вони прогрілися.

Висушені горіхи зсипають у полотняні мішки і виносять у сухе й тепле місце — на горище чи в комірчину.

Волоські горіхи зберігають трохи більше року — потім їх ядро починає гірчити.

Можна також зберігати горіхи без шкаралупи. Лушени та обсмажені ядра закривають у банки.

відчутно знизити врожайність.

Слідкуйте за тим, щоб міждряддя не заростало бур'янами. Також полуницю висаджують під плівку, такий спосіб висаджування дуже зручний, тому, що грядку непотрібно полоти, мульчувати, ягоди при збиранні будуть чистими.

Підживлювати полуницю потрібно тричі на сезон.

Перший раз — щойно розстане сніг (1 ст. л. сульфату амонію і 2 скл. коров'яку на 10 л води), під кожен куш необхідно вилити по 0,5–1 л рідкого підживлення залежно від розміру куша.

Другий — улітку, ближче до кінця липня після збору основного врожаю ягід (1 скл. біогумусу на 10 л води настоювати добу, потім розбавити навіпіл з водою; 100 г деревного попелу на 10 л води (або розсипати під куші)). Під кожен кушечок потрібно вилити близько 0,5 л добрив.

Третій раз підживлення особливо потребують молоді (однорічні) рослини (1 частина коров'яку на 10 частин води + 0,5 скл. деревного попелу), щоб вдало перезимувати. Кожному кушечкові буде достатньо від 250 до 500 мл такого добрива.

І. Зімовська,
головний фахівець-агроном
відділу фітосанітарних
процедур ДУ «Тернопільська
обласна фітосанітарна
лабораторія».

ПОНЕДІЛОК, 19.09.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00, 01.30, 05.30 Новини 06.10, 06.45, 08.10 Спорт 06.15, 08.15 AgroЕра 06.20, 08.20, 23.15, 00.15 Погода 06.25, 07.05, 08.25 Смакота 06.35 Ера будівництва 07.15 Ранок 08.35 Паспортний сервіс 08.45, 00.20 Телемагазин 09.00 XV Літні Паралімпійські ігри. Церемонія закриття 12.15, 21.30 Ріо–2016. Перемоги наших паралімпійців 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Хочу бути 14.00 Суспільний університет 14.50 Фольк–music 16.00, 04.15 Д/ф «Формула життя Олександра Палладіна» 16.30, 17.30 Орегонський путівник 17.00 Вікно в Америку 18.00 Книга ua 18.25, 01.20 Новини. Світ 19.00, 01.45 Новини. Культура 19.25 Візитівка Карпат 19.30 Про головне 20.00 Перша шпальта 20.30 Вересень 23.00 Підсумки 23.20 На слуху 23.50 Від першої особи 02.00 Т/с «Острів любові» 04.35 Віра. Надія. Любов	07.45, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок 07.50, 18.45 Миська рада інформує 08.00 Вікно в Америку 08.30, 20.00 Єдина країна 09.00, 00.15 Час–Тайм 09.30 «Справжня ціна» 09.45 «Сад, город, квітник» 11.00, 16.10 Дитяча година 12.10 «Європа у фокусі» 12.40 «Слідства. Інфо» 13.10 Хіт–парад 14.00 Х/ф «Зірковий час невдахи» 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 17.00 «Екологічно чисте життя» 17.30 «Про нас» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.40 Дім книги 21.30 «Погляд зблизька» 22.35 Х/ф «Поїзд смерті» ICTV 05.50, 19.20 Надзвичайні новини 06.50 Факти тижня 08.45 Факти. Ранок 09.15 Надзвичайні новини. Підсумки 10.15 Дивитись усім! 11.10, 13.20 Х/ф «Серце і душі» 12.45, 15.45 Факти. День 13.50, 16.20 Х/ф «Джі Ай Джо. Атака кобри» 16.40 Х/ф «Джі Ай Джо. Атака кобри–2» 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Більше ніж правда 21.40 Т/с «Пес–2» 22.25 Свобода слова СТБ 07.05, 16.00 «Все буде добре!» 09.05 «Все буде смачно!» 11.00 «За живе!»–2» 12.10 Х/ф «Спортлото–82» 14.05 «Слідство ведуть екстра–сенси» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 18.30 «За живе!» 20.00, 22.35 «Хата на тата» 00.20 «Один за всіх» «УКРАЇНА» 06.50, 07.15, 08.15 Ранок з Україною 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події 09.15 Зірковий шлях 10.50 Реальна містика

ВІВТОРОК, 20.09.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00, 01.30, 05.20 Новини 06.10, 06.45, 08.10 Спорт 06.15, 08.15 Ера бізнесу 06.20, 08.20 AgroЕра 06.25, 08.25, 22.55, 23.15, 00.15 Погода 06.30, 07.05, 08.30 Смакота 07.15 Ранок 08.35 Паспорт.Уа 08.45, 00.20 Телемагазин 09.00, 05.45 Вічне 09.10 Т/с «Таксі» 09.50, 04.50 Уряд на зв'язку з громадянами 10.20, 19.30 Про головне 10.55 Переселенці 11.30 Війна і мир 12.10 Вікно в Америку 12.30 Вересень 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Школа Мері Поппінс 14.00 Суспільний університет 14.50 Подорожні 15.40 Д/ф «Київська старовина. Світ мистецтва. Дерево життя. Брати Кричевські» 16.30 Д/ф «Розкриття Америки» 17.30 Д/с «Національні парки Америки» 18.25, 01.20 Новини. Світ 19.00, 01.45 Новини. Культура 19.25, 22.45 З перших вуст 20.00 РЕ:ФОРМА 20.30 Наші гроші 21.30 Яскраві моменти Ріо–2016 21.45 Д/ф «Холодний Яр» 22.15 Короткометражний х/ф «Салдатики» 23.00 Підсумки 23.20 На слуху 23.50 Від першої особи 02.00 Т/с «Острів любові»	20.30 «Чистонews» 21.00 Т/с «Свати–6» 22.00 «Життя без обману» 00.20 Т/с «Вікінги–2». (3) TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по–коївка» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 07.30, 15.50, 18.50, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок 07.35 «Погляд зблизька» 08.05 «Сад, город, квітник» 08.30 «Невідома Україна» 09.00, 00.15 Час–Тайм 09.30, 17.00 Програма «Екологічно чисте життя» 11.00, 16.10 Дитяча година 11.45 «Чарівний ключик» 12.10 «Твій дім» 12.40, 17.30 «Право на успіх» 13.00 Хіт–парад 14.00 Х/ф «8 жінок» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 Межа правди 21.30 «Майстер–клас із Наталкою Фіцич» 22.35 Х/ф «Скарби да Вінчі» ICTV 05.25, 20.20 Громадянська оборона 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 09.55 Патруль. Самооборона 10.20, 16.50 Т/с «1942» 12.10, 13.20 Х/ф «Придурки» 12.45, 15.45 Факти. День 14.30 Т/с «Відділ 44» 15.25, 16.20, 21.40 Т/с «Пес–2» 18.45, 21.05 Факти. Вечір 22.25 Х/ф «Снайпер–2» 00.15 Т/с «Комісар Рекс» СТБ 07.05, 16.00 «Все буде добре!» 09.05 «Все буде смачно!» 10.10, 18.30 «За живе!»–2» 11.15 «МастерШеф–4» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 20.00, 22.45 «МастерШеф–6» 00.00 Т/с «Коли ми вдома» «УКРАЇНА» 06.00, 10.50 Реальна містика 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00

СЕРЕДА, 21.09.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00, 01.30, 05.20 Новини 06.10, 06.45, 08.10 Спорт 06.15, 08.15 AgroЕра 06.20, 08.20, 22.55, 23.15, 00.15 Погода 06.25, 07.05, 08.25 Смакота 06.35 Ера будівництва 07.15 Ранок 08.35 Паспорт.Уа 08.45, 00.20 Телемагазин 09.00, 05.45 Вічне 09.10 Т/с «Таксі» 09.50 Наші гроші 10.20, 19.30 Про головне 11.00 Засідання Кабінету Міністрів України 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Хто в домі хазяїн? 14.00 Суспільний університет 14.50, 04.40 Світло 15.40 Гра долі 16.10 Мистецькі історії 16.30 Д/с «Новий Орлеан» 17.30 Д/с «Національні парки Америки» 18.25, 01.20 Новини. Світ 19.00, 01.45 Новини. Культура 19.25, 22.45 З перших вуст 20.00 Переселенці 20.30 Слідство. Інфо 21.30 Яскраві моменти Ріо–2016 21.45 Д/ф «Неочікуване побачення» 22.15 Д/ф «Сімдесятники. Микола Вінграновський. Український Орфей» 22.40 Мегалот 23.00 Підсумки 23.20 На слуху 23.50 Від першої особи 02.00 Телевистава «Три ідеальні подружжя»	20.30 «Чистонews» 21.00 Т/с «Свати–6» 22.00 «Поверніть мені красу–2» 00.20 Т/с «Вікінги–2». (3) TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по–коївка» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.35 Оголошення. Бюро знахідок 07.35 Межа правди 08.30 «Невідома Україна» 09.00, 00.15 Час–Тайм 09.30, 17.00 «Екологічно чисте життя» 11.00, 16.10 Дитяча година 12.10, 21.30 «Гал–кліп» 12.35 «Майстер–клас із Наталкою Фіцич» 13.00 Хіт–парад 14.00 Х/ф «Остання воля» 16.40 «Чарівний ключик» 17.30 «Твій дім» 18.45, 22.30 Миська рада інформує 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 Зустріч з Наталею Земною 22.40 Х/ф «Кращий із чоловіків» ICTV 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10, 16.50 Т/с «1942» 12.00, 13.20 Х/ф «Снайпер–2» 12.45, 15.45 Факти. День 14.30 Т/с «Відділ 44» 15.25, 16.20, 21.40 Т/с «Пес–2» 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Секретний фронт 22.25 Х/ф «Снайпер–3» 00.15 Т/с «Комісар Рекс» СТБ 06.45, 16.00 «Все буде добре!» 08.45 «Все буде смачно!» 09.45, 18.30 «За живе!»–2» 11.00 «МастерШеф–4» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 20.00, 22.45 «МастерШеф–6» 00.05 Т/с «Коли ми вдома» «УКРАЇНА» 06.00, 10.50 Реальна містика

ЧЕТВЕР, 22.09.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00, 01.30, 05.20 Новини 06.10, 06.45, 08.10 Спорт 06.15, 08.15 Ера бізнесу 06.20, 08.20 AgroЕра 06.25, 08.25, 22.55, 23.15, 00.15 Погода 06.30, 07.05, 08.30 Смакота 07.15 Ранок 08.35 Паспорт.Уа 08.45, 00.20 Телемагазин 09.00, 05.45 Вічне 09.10 Т/с «Таксі» 09.50 План на завтра з Анастасією Рінгіс 10.20, 19.30 Про головне 10.55 Переселенці 11.30 Д/ф «Бій за гору Маківка» 12.30 Слідство. Інфо 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Як це? 14.00 Суспільний університет 14.50 Надвечір'я. Долі 15.50 Спогади 16.25 Гандбол. Ліга чемпіонів. «Мотор» (Запоріжжя) – «Нант» (Франція) 18.25, 01.20 Новини. Світ 19.00, 01.45 Новини. Культура 19.25, 22.50 З перших вуст 20.00 Перша студія 20.30 «Схеми» з Наталією Седлецькою 21.30 Яскраві моменти Ріо–2016 21.45 Д/ф «Єжи Гедройц. Магічна сила слова» 23.00 Підсумки 23.20 На слуху 23.50 Від першої особи 02.00 Фольк–music 03.05 Телевистава «Камінний хрест» 04.55 Д/ф «Сімдесятники. Микола Вінграновський. Український Орфей»	ми–6» 17.10 Т/с «Уламки щастя» 20.30 «Чистонews» 21.00 Т/с «Свати–6» 22.00 «Світ навиворіт–7» 23.00 «Право на владу» TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по–коївка» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок 07.35 Зустріч з Наталею Земною 08.30 «Невідома Україна» 09.00, 00.15 Час–Тайм 09.30, 17.00 «Екологічно чисте життя» 11.00, 16.10 Дитяча година 12.10 «Формула здоров'я» 13.00 Хіт–парад 14.00 Х/ф «Неминучість» 17.30 «Гал–кліп» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.00 «Слідства. Інфо» 20.40 «Право на успіх» 21.30 «Євромакс» 22.35 Х/ф «Тут палять» ICTV 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 10.10, 16.50 Т/с «1942» 12.00, 13.20 Х/ф «Снайпер–3» 12.45, 15.45 Факти. День 14.30 Т/с «Відділ 44» 15.25, 16.20, 21.40 Т/с «Пес–2» 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Інсайдер 22.25 Х/ф «Снайпер–4. Перезавантаження» 00.15 Т/с «Комісар Рекс» СТБ 06.15, 16.00 «Все буде добре!» 08.15 «Все буде смачно!» 09.15, 18.30 «За живе!»–2» 10.45 «МастерШеф–4» 18.00, 22.00 «Вікна–Новини» 20.00, 22.45 «Зважені та щасливі–6» 00.10 «Один за всіх» «УКРАЇНА» 06.00, 10.50 Реальна містика 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00

П'ЯТНИЦЯ, 23.09.2016		НЕДІЛЯ, 25.09.2016	
UA:ПЕРШИЙ 06.00, 07.00, 08.00, 13.00, 18.40, 21.00, 01.30, 05.20 Новини 06.10, 06.45, 08.10 Спорт 06.15, 08.15 АгроЕра 06.20, 08.20, 22.55, 23.15, 00.15 Погода 06.25, 07.05, 08.25 Смакота 06.35 Ера будівництва 07.15 Ранок 08.35 Паспорт.Уа 08.45, 00.20 Телемагазин 09.00, 05.45 Вічне 09.10 Т/с «Таксі» 09.50 РЕ:ФОРМА 10.20, 19.30, 04.50 Про головне 10.55 Перша студія 11.30 Д/ф «Бій за гору Маківка» ф.2 12.30 «Схеми» з Наталією Сед-лецькою 13.30 Казки Лірника Сашка 13.40 Хочу бути 14.00 Суспільний університет 14.50, 03.55 Віра. Надія. Любов 15.50 Театральні сезони 16.30 Д/с «Новий Орлеан» 17.30 Д/с «Національні парки Америки» 18.25, 01.20 Новини. Світ 19.00, 01.45 Новини. Культура 19.25 З перших вуст 20.00 На пам'ять 20.30 План на завтра» з Анастасією Рінгіс 21.30 Яскраві моменти Ріо-2016 21.50 Війна і мир 22.30 Класики світової літератури 23.00 Підсумки 23.20 На слуху 23.50 Від першої особи 02.00 Музичне турне 03.05 Надвечір'я. Долі 1+1 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 12.00, 16.45, 19.30 «ТСН» 06.45, 07.10, 07.45, 08.10, 09.10 Сніданок з «1+1» 07.35 М/ф «Маша і ведмідь» 09.30 «Чотири весілля» 10.45, 12.20 «Міняю жінку-7» 14.10 «Сліпа» 14.45, 15.45 «Сімейні мелодрами-6» 17.10 Т/с «Уламки щастя» 20.15 «Розсміши коміка. Діти» 22.00 «Світське життя»		«УКРАЇНА» 06.00, 10.50 Реальна містика 07.00, 08.00, 09.00, 15.00, 19.00 Події 07.15, 08.15 Ранок з Україною 09.15 Зірковий шлях 11.50 Т/с «Колір черемшини» 13.45, 15.30 Т/с «Жіночий лікар-2» 18.00 Т/с «Співачка» 19.45 Ток-шоу «Говорить Україна» 21.00 Т/с «Королева бандитів» 23.00 Події дня 23.30 Т/с «C.S.I.: Нью-Йорк 3 сезон» ТТБ 08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00, 18.20 «Чудесний канал» 10.26, 11.13, 15.13, 18.13, 19.26, 22.26 Погода. Анонси 10.30 «Велети духу і слави. Українська місія» 10.35 «Столиці світу» 10.50, 17.50 «Пісні нашого краю» 11.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 22.00 «Вісті ТТБ» 11.15 «Тема дня» 11.30 «Армія нескорених» 14.00 «Що робити?» 14.55, 20.30 «Вишневі усмішки» 15.15, 21.15 «Думки вголос» 15.30 «Хочу бути...» 16.00 «У країні Мультяндії» 17.15 «Слід» 17.35 «7 чудес України» 17.45 Соціальна реклама 18.15, 20.25 «Тернопіль сьогодні» 18.45 «Гра долі» 19.30 «На часі» 20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка» 21.00 «Назбиране» 21.30 «Arte, viva!» 22.30 «Час країни» НОВИЙ КАНАЛ 03.45 Х/ф «Мері Поппінс» 06.00, 18.00 Абзац 06.55, 08.15 Kids Time 06.57 М/с «Історії Тома і Джеррі» 08.17 Т/с «Вісімдесяті» 09.15, 22.45 Половинки-2 11.15, 21.45 Київ вдень і вночі 15.15, 19.00 Супермодель по-українськи-3 00.50 Суперінтуїція-2	
TV-4 06.00, 10.00, 18.00 Т/с «Пані по-коївка» 06.45, 09.15, 10.45 Ранковий фітнес 07.00, 16.00, 19.00, 22.00 Провінційні вісті 07.30, 15.50, 18.50, 21.25, 22.30 Оголошення. Бюро знахідок 07.35 «Слідства. Інфо» 08.10 «Право на успіх» 08.30 «Невідома Україна» 09.00, 00.15 Час-Тайм 09.30, 17.00 Програма «Екологічно чисте життя» 11.00, 16.10 Дитяча година 11.45 «Чарівний ключик» 12.10 «Гал-кліп» 12.40, 21.30 «Твій дім» 13.00 Хіт-парад 14.00 Х/ф «Френкі та Джонні одружені» 17.30 «Майстер-клас із Наталкою Фіщич» 19.30, 21.00 Наші вітання 20.10 «Погляд зблизка» 20.40 «Слід» 22.35 Х/ф «Чоловіки на межі» ICTV 06.30 Ранок у великому місті 08.45 Факти. Ранок 09.15, 19.20 Надзвичайні новини 09.55 Т/с «1942» 11.45, 13.20 Х/ф «Снайпер-4. Перезавантаження» 12.45, 15.45 Факти. День 14.00 Т/с «Відділ 44» 14.55, 16.20 Т/с «Пес-2» 16.35 Х/ф «Байкери» 18.45, 21.05 Факти. Вечір 20.20 Антизомбі 21.25, 22.30 Дизель-шоу 23.30 Х/ф «Снайпер-5. Спадщина» СТБ 05.40 «Зіркове життя. Помилки молодості» 06.35 «Зіркове життя. Слава в обмін на родину» 07.40, 09.35, 20.00, 22.45 Х/ф «Дочка» 18.00, 22.00 «Вікна-Новини» 18.30 Т/с «Коли ми вдома» 01.40 «Слідство ведуть екстра-сенси»		UA:ПЕРШИЙ 06.00 Світ православ'я 06.30, 07.10, 08.10, 22.50, 23.15, 00.05 Погода 06.35 7 чудес України 06.55, 00.20 Телемагазин 07.15 На слуху 07.50 Золотий гусак 08.15 Смакота 08.40 Світ on line 09.00 Х/ф «Штиль» 10.55 М/ф «Христофор Колумб. Остання подорож» 12.15 Театральні сезони 12.45 Мистецькі історії 13.00 Спогади 13.30 Гра долі 14.20 Фольк-music 15.30 Д/ф «Ангел помсти» 16.00 Твій дім-2 16.30 Х/ф «Повернення» 20.10 Подорожні 21.00, 05.35 Новини 21.30 Перша шпальта 22.00 Книга ua 22.30 Класики світової літератури 23.00 Паспортний сервіс 23.20 День Янгола 01.20 Музичне турне 02.30 «Мина Мазайло» 1+1 06.10 Комедія «Стати зіркою» 08.00 «Сніданок. Вихідний» 09.00 «Лото-Забава» 09.40 М/ф «Маша і ведмідь» 10.05 «ТСН» 11.00 «Світ навиворіт-7» 12.05 «Життя без обману» 13.30 «Поверніть мені красу-2» 14.55 Т/с «Свати-6» 19.30 «ТСН-Тиждень» 21.00 Мелодрама «Біженка». (2) 01.15 «Аргумент кіно» TV-4 06.00 Х/ф «Легенда про дракона» 07.30 Програма «Сад, город, квітник» 07.45, 09.50 Ранковий фітнес 08.00, 21.30 Єдина країна 08.30, 11.55, 15.50, 19.55, 22.00 Оголошення. Бюро знахідок 08.35, 15.55, 22.05 Тернопільська погода	
		08.40 Час-Тайм 09.00 Повнота радості життя 09.30 «Справжня ціна» 10.15 Пряма трансляція святої літургії з архикатедрального собору УГКЦ м. Тернополя 11.40 Дім книги 12.00 Х/ф «Мавпа» 13.30 «Чарівний ключик» 14.00 «Сільський календар» 14.30 Межа правди 15.30 «Слід» 16.00 Зустріч з Наталею Земною 17.00 Вікно в Америку 17.30, 20.30 «Про нас» 18.00 Наші вітання 19.00, 00.00 Провінційні вісті. Тиждень 19.45 Міська рада інформус 20.00 Огляд світових подій 21.00 «Гал-кліп» 22.10 Х/ф «Після дощу» 23.45 Час-тайм ICTV 05.00, 06.55 Стоп-10 05.35 Факти 06.05 Провокатор 07.50 Зірка YouTube 09.50 Дивитись усім! 11.35 Без гальм 11.55, 13.00 Х/ф «Інкасатор» 12.45 Факти. День 14.00 Х/ф «Стрілець» 16.30 Х/ф «Падіння Олімпу» 18.45 Факти тижня 20.25 Х/ф «Падіння Лондону» 22.15 Х/ф «13-й район. Цегляні маетки» 00.05 Х/ф «Основний інстинкт» СТБ 06.05 «ВусоЛапоХвіст» 07.05, 10.50 «Х-Фактор-7» 09.00 «Все буде смачно!» 09.55 «Караоке на майдані» 12.10 «МастерШеф-6» 19.00 «Слідство ведуть екстра-сенси» 20.55 «Один за всіх» 22.05 «Давай поговоримо про секс-3» «УКРАЇНА» 06.50 Події 07.30 Зірковий шлях	
		09.20 Т/с «Не зрікаються коха-ючі» 13.00 Т/с «Пробач» 17.10, 20.00 Т/с «Господина великого міста» 19.00 Події тижня з Олегом Панютою 22.00 Х/ф «Зворотний квиток» 23.50 Реальна містика ТТБ 08.00 «Ранок з ТТБ» 10.00 «На відстані душі» 10.26, 20.58, 21.55, 22.56 Погода. Анонси 10.30 «Велети духу і слави. Українська місія» 10.35 «Словами малечі про цікаві речі» 10.50, 17.50 «Пісні нашого краю» 11.00 «Спортивні меридіани» 11.15 «Із нашої відеотеки» 11.30 «Азбука смаку» 11.55, 20.30 «Вишневі усмішки» 14.00 «Поклик таланту» 15.30 «Абетка здоров'я» 16.00 «У країні Мультяндії» 17.00 Д/ф «Скарби історії» 17.30 «Храми Поділля» 17.45 Соціальна реклама 18.00 «Театральні зустрічі» 18.50 «Тиждень. Крок за кроком» 19.00 «Музичний калейдоскоп» 19.30 «Мамина школа» 20.00 «Подорожні замальовки» 20.35 «Пісня в дарунок» 20.45 «Вечірня казка» 21.00 «Відверті діалоги» 22.00 «Загублені у часі» 22.15 Д/ф «Ловець слів» НОВИЙ КАНАЛ 05.15 Герої та коханці. Фільм про фільм 06.50 Абзац 07.50, 09.40 Kids Time 07.52 М/с «Пінгвіни Мадагаскару» 09.45 Т/с «Пригоди Мерліна» 13.15 М/ф «Іван Царевич і сірий вовк» 15.10 Х/ф «Люди в чорному» 17.10 Х/ф «Люди в чорному-2» 18.50 Х/ф «Люди в чорному-3» 21.00 Х/ф «Ковбої проти прибульців» 23.20 Х/ф «Скалка» 01.10 Х/ф «Чужі на районі»	

СУБОТА, 24.09.2016

• Споживач

UA:ПЕРШИЙ

06.00 Підсумки
06.15 У просторі буття
06.45, 07.15, 08.10, 23.15, 00.15 Погода
06.50, 00.20 Телемагазин
07.05 АгроЕра. Підсумки
07.20 Шеф-кухар країни
07.50 Золотий гусак
08.15 Смакота
08.40 Світ online
09.00 М/ф «Христофор Колумб. Остання подорож»
10.40 Як це?
11.00 Хто в домі хазяїн?
11.25 Хочу бути
11.45 Школа Мері Поппінс
12.00 Казки Лірника Сашка
12.20 Суспільний університет
13.05 Д/с «Національні парки Америки»
16.05 Гандбол. Ліга чемпіонів. «Мотор» (Запоріжжя) – «Нант» (Франція)
18.10 «Народжені незалежними». Концертна програма
19.20 Х/ф «Штиль»
21.00, 05.35 Новини
21.20 Український корт
21.50 Розсекречена історія
22.45 Мегалот
23.00 Територія закону
23.20 Вперед на Олімп
23.40 Добрі справи
01.20 Музичне турне
02.30 Телевистава «Пора жовтого листя»
04.40 Д/ф «Павло Загребельний. До запитання»

1+1

06.00, 19.30 «ТСН»
06.45 «Гроші»
08.00 «Сніданок. Вихідний»
10.00 «Світське життя»
11.00 Мелодрама «Подруги». (2)
12.45 Мелодрама «Випадкових зустрічей не буває». (2)
16.35 «Вечірній квартал. Юрмала-2016»
18.30 «Розсміши коміка»
20.15 «Українські сенсації»
21.15 «Юрмаліто з Кварталом 95»
00.20 Комедія «Стати зіркою»

TV-4

06.00 «Сад, город, квітник»
06.15, 11.00 «Про нас»
06.45, 09.15 Ранковий фітнес
07.00 Провінційні вісті
07.30, 11.50, 14.20, 16.50 Оголошення. Бюро знахідок
07.35 Х/ф «Легенда про дракона»
09.00 Час-Тайм
09.30, 19.00 Єдина країна
10.00 «Європа у фокусі»
10.30 Блага звістка з Р. Ренне-ром
11.30 «Майстер-клас із Наталкою Фіцич»
11.55, 14.25, 16.55 Тернопільська погода
12.00 Програма «Євромакс»
12.30 Х/ф «Водій»
14.30 Мультфільм
15.00 Х/ф «Мавпа»
16.30 Дім книги
17.00 Хіт-парад
18.00 Наші вітання
19.30 Нам – 25

ICTV

05.50, 04.50 Стоп-10
06.50 Провокатор
07.40 Більше ніж правда
08.40 Секретний фронт
09.35 Антизомбі
10.35 Громадянська оборона
11.35 Інсайдер
12.35, 13.00 Х/ф «Байкери»
12.45 Факти. День
14.55 Х/ф «Снайпер-5. Спадщина»
17.00 Х/ф «Інкасатор»
18.45 Факти. Вечір
19.20 Надзвичайні новини. Підсумки
20.05 Х/ф «Падіння Олімпу»
22.30 Х/ф «Стрілець»
00.55 Х/ф «Основний інстинкт»

СТБ

05.50 «ВусоЛапоХвіст»
08.00 «Караоке на майдані»
09.00 «Все буде смачно!»
09.55 Т/с «Коли ми вдома»
13.35, 22.05 «Зважені та щасливі-6»
17.00 «Хата на тата»
19.00 «Х-Фактор-7»

«УКРАЇНА»

07.00, 15.00, 19.00 Події
07.10 Зірковий шлях
09.00, 15.20 Т/с «Королева бандитів»
17.00, 19.40 Т/с «Пробач»
22.00 Т/с «Не зрікаються кохачи»

ТТБ

08.00 «Ранок з ТТБ»
10.00 «Удосвіта»
10.26, 19.26, 21.26 Погода. Анонси
10.30 «Хочу бути...»
10.50, 17.50 «Пісні нашого краю»
11.00 «Назбиране»
11.15 «Думки вголос»
11.30 «Захисник Вітчизни-рятувальник»
14.00 «На часі»
14.55, 20.30 «Вишневі усмішки»
15.00 «Arte, viva!»
15.30 «Слід»
15.50 «Іноземна для дітей»
16.00 «У країні Мультляндії»
17.00 «Гра долі»
17.15 «Азбука смаку»
17.30 «Із нашої відеотеки»
17.45 Соціальна реклама
18.00 Д/ф «Скарби історії»
18.30 «Столиці світу»
19.00, 21.00 «Панорама подій»
19.30 «На відстані душі»
20.00 «Спортивні меридіани»
20.15 «Словами малечі про цікаві речі»
20.35 «Пісня в дарунок»
20.45 «Вечірня казка»
21.30 «Поклик таланту»

НОВИЙ КАНАЛ

04.10 Абзац
05.05, 07.05 Kids Time
05.10 Х/ф «Рок у літньому таборі»
07.10 Хто зверху-5?
09.10 Ревізор
12.10 Страсті за ревізором
15.10 Любов на виживання
17.10 М/ф «Іван Царевич і сірий вовк»
19.00 Х/ф «Люди в чорному»
21.00 Х/ф «Люди в чорному-2»
22.45 Х/ф «Чужі на районі»
00.20 Х/ф «Янгол-охоронець»

Навіщо фарбувати червону рибу

Мабуть, мало хто з покупців не замислювався, чому те саме філе червоної риби відрізняється за смаком і кольором у різних виробників? І чому одні «червоні» продукти коштують дорого, а інші — значно дешевші?

Перше, що робить покупця, — вибирає очима: за зовнішнім виглядом, упаковкою, етикеткою. Звичайно, зовнішні ознаки продукту можуть багато про що сказати. Колір риби має бути природним і рівномірним. Якщо колір неоднорідний, чітко простежуються розводи, яскраві й темні плями, видно межу на розрізі — значить, ця продукція пофарбована.

Деякі виробники так надають продукту привабливішого вигляду, іноді — щоб приховати, що використано не охолоджену, а заморожену рибу (після заморожування риба втрачає колір), або було порушено технологію виробництва.

Заморожена риба не втримує сік, бо кристалики льоду руйнують її структуру, м'ясо втрачає нормальну консистенцію після заморожування, стає сухим і крихким. Таку рибу важко нарізати, вона розпадається на пласти.

Це одна ознака пофарбованої риби — неприродно рівномірний колір. Нату-

рального шматок риби завжди має світліші прожилки. Втім, фарбувати рибу не заборонено, перелік барвників має бути зазначений на етикетці — їх маскують під буквою Е з різними цифрами. Але задуматися все ж таки варто: навіщо фарбувати доброякісний продукт?

На рибі також не має бути ознак пожовтіння, що свідчать про окислювання. Це означає, що рибу довго зберігали — до або після засолювання на виробництві або на прилавку в магазині.

Також при зовнішній оцінці слід звертати увагу, чи не «тече» риба. Якщо на дні вакуумної упаковки є рідина, це не свідчить про те, що риба недоброякісна, але це може бути ознакою того, що її неправильно зберігали або вона виготовлена із за-

мороженої сировини. Хоча невелика кількість рідини все-таки допускається.

Якщо ви хочете купити справді смачний і високоякісний продукт, прочитайте етикетку. Тут головний принцип: чим коротший перелік інгредієнтів, тим краще. Ідеальний варіант — коли є лише два інгредієнти: риба й сіль. Тоді продукт не містить ні барвників, ні консервантів.

Є багато способів засолювання червоної риби, але основні — три. Інжекторний вид засолювання, коли розсіл вводять у філе риби спеціальним «шприцом»: вона швидше дозріває, ще й збільшується у вазі на 10–25%. Тузлучний: готують концентрований розчин (тузлук — це сіль, вода й консервант, можуть додавати спеціальний дозрівач для червоної риби, щоб пришвидшити процес), в який поміщають рибу. І сухе засолювання — рибу повністю пересипають сухою сіллю. Тут фізично неможливо додати консервант.

Залежно від способу засолювання риба відрізняється і зовні. Яскравішою вона виходить при сухому засолюванні, при тузлучному — колір трохи втрачається, має ледь малиновий відтінок.

Навіщо фарбувати червону рибу

Мабуть, мало хто з покупців не замислювався, чому те саме філе червоної риби відрізняється за смаком і кольором у різних виробників? І чому одні «червоні» продукти коштують дорого, а інші — значно дешевші?

Перше, що робить поку–печ, — вибирає очима: за зовнішнім виглядом, упа–ковкою, етикеткою. Звичай–но, зовнішні ознаки продук–ту можуть багато про що сказати. Колір риби має бу–ти природним і рівномір–ним. Якщо колір неоднорід–ний, чітко простежуються розводи, яскраві й темні плями, видно межу на роз–різі — значить, ця продукція пофарбована.

Деякі виробники так на–дають продукту привабли–вішого вигляду, іноді — щоб приховати, що використано не охолоджену, а заморо–жену рибу (після заморожу–вання риба втрачає колір), або було порушено техно–логію виробництва.

Заморожена риба не втримує сік, бо кристалики льоду руйнують її структу–ру, м'ясо втрачає нормаль–ну консистенцію після за–солювання, стає сухим і крихким. Таку рибу важко нарізати, вона розпадаєть–ся на пласти.

Ще одна ознака пофар–бованої риби — неприрод–но рівномірний колір. Нату–



ральный шматок риби зав–жди має світліші прожилки. Втім, фарбувати рибу не заборонено, перелік бар–вників має бути зазначений на етикетці — їх маскують під буквою Е з різними циф–рами. Але задуматися все ж таки варто: навіщо фар–бувати доброякісний про–дукт?

На рибі також не має бу–ти ознак пожовтіння, що свідчать про окислювання. Це означає, що рибу довго зберігали — до або після за–солювання на виробництві або на прилавку в магазині.

Також при зовнішній оцін–ці слід звертати увагу, чи не «тече» риба. Якщо на дні вакуумної упаковки є ріди–на, це не свідчить про те, що риба недоброякісна, але це може бути ознакою того, що її неправильно зберігали або вона виготовлена із за–

мороженої сировини. Хоча невелика кількість рідини все–таки допускається.

Якщо ви хочете купити справді смачний і високоя–кісний продукт, прочитайте етикетку. Тут головний принцип: чим коротший пе–релік інгредієнтів, тим кра–ще. Ідеальний варіант — ко–ли є лише два інгредієнти: риба й сіль. Тоді продукт не містить ні барвників, ні кон–сервантів.

Є багато способів засо–лювання червоної риби, але основні — три. Інжекторний вид засолювання, коли роз–сіл вводять у філе риби спе–ціальним «шприцом»: вона швидше дозріває, ще й збільшується у вазі на 10–25%. Тузлучний: готують концентрований розчин (тузлук — це сіль, вода й кон–сервант, можуть додавати спеціальний дозрівач для червоної риби, щоб приш–видшити процес), в який по–міщають рибу. І сухе засо–лювання — рибу повністю пересипають сухою сіллю. Тут фізично неможливо до–дати консервант.

Залежно від способу за–солювання риба відрізня–ється і зовні. Яскравішою вона виходить при сухому засолюванні, при тузлучно–му — колір трохи втрачаєть–ся, має ледь малиновий від–тінок.

Дешева риба — дешева і юшка/ Народна мудрість

Куди подіти непотрібні «потрібні» речі

У часи молодості наших бабусь і прабабусь до речей ставилися дбайливо і користувалися довго. У дбайливих господарів предмети побуту служили кільком поколінням.

• Є проблема



ки, але вони вам не підійшли, то можна запропонувати безоплатно сусідам, колегам по роботі. А ті, в свою чергу, можуть запропонувати своїм родичам. Так у ваших речей розшириться коло потенційних господарів. Якщо ж поруч мешкає багатодітна сім'я, то дитячі дрібнички варто запропонувати їм. Безкоштовно, звичайно.

1. Продати. Дати оголошення на сайтах Інтернету і в місцевих газетах і чекаєти, коли знайдуться нові господарі для ваших речей.

2. Здати в комісійний магазин. До речі, асортимент таких крамниць широкий: від взуття та одягу — до предметів побуту і мистецтва.

3. Якщо ви недавно купили тапоч-ки, але вони вам не підійшли, то можна запропонувати безоплатно сусідам, колегам по роботі. А ті, в свою чергу, можуть запропонувати своїм родичам. Так у ваших речей розшириться коло потенційних господарів. Якщо ж поруч мешкає багатодітна сім'я, то дитячі дрібнички варто запропонувати їм. Безкоштовно, звичайно.

4. Віддати доношувати молодшим братам і сестрам. Сім'ї за матеріальним достатком різні, тому не виключаємо і традиційний спосіб передачі дитячих речей від старших молодшим.

5. Речі переглянути, перепрати, перепрасувати, акуратно скласти, упакувавши в пакети, і віднести в дитячий будинок або

школу-інтернат. Крім одягу і взуття, це можуть бути дитячі книжки, набори для малювання, іграшки, диски з піснями для дітей, казки, мультфільмами.

6. Ще один спосіб звільнити простір від зайвих речей практично відразу — віддати погорільцям або потерпілим від стихійних лих. Вони виручать людей, що потрапили в біду.

7. Здати стару побутову техніку в ремонтні майстерні. Іноді беруть за велику плату.

8. Відвезти зайві меблі на дачу, де вони послужать ще чимало років.

9. Віддати старі меблі на перетяжку або реставрацію майстрам. Гроші, звичайно, доведеться вкласти, зате у меблів, з якими не хочеться розлучатися, почнеться нове життя у вашій оселі.

10. Використовувати верхній хутрянний одяг як матеріал для виготовлення чохлів на сидіння автомобіля. Зі старої дублянки виходить гарний чохол.

11. Старі пальта і куртки підійдуть для відпочинку на природі, для полювання і рибалки.

12. В'язані речі, що вийшли з моди, можна спробувати розпустити і зв'язати жакет модного фасону.

13. Зшити зі старих речей одяг для домашніх вихованців: собак і котів.

14. Зробити зі старої речі нову, модну: перешити з двох речей одну, з однієї можна зробити дві.

15. Зшити з непотрібних теплих речей клаттеву ковдру або зв'язати килимки.

16. Зробити костюми для домашнього театру або найближчого сімейного

свята. Як і будь-яка творчість, це вимагає часу і фантазії. Але ці витрати окупляться посмішками і вдячністю рідних та друзів.

17. Провести домашній аукціон (у жартівливій формі), запросивши на розпродаж речей, які підуть «з молотка», родичів і друзів. Презентувати кожну річ, розповівши, як її придбали і яке значення вона мала для вашої родини. Замість справжніх грошей можуть бути намальовані купони зі значними сумами.

18. Передати в дар місцевому музею. Якщо речі мають історичну та культурну цінність для міста, то музей із задоволенням прийме їх на вічне користування.

19. Організувати показ мод. Якщо збереглося багато одягу, наприклад, 20—30-річної давності, можна організувати показ мод минулих років силами дітей і онуків. Такий сюрприз на сімейному торжестві буде особливо приємний бабусям і дідусям. А якщо сфотографувати всі «моделі» або зняти на камеру, то старі речі назавжди залишаться у вашому сімейному архіві.

20. Залишити все, як є. Так буває: тільки позбудеся, здавалося б, непотрібної речі, через якийсь час вона терміново може знадобитися. Це в тому разі, якщо сумніваємося: придасться чи ні.

На цьому список, звісно, не вичерпується. У кожній родині, напевно, є свої приклади продовження життя старих речей.

• На замітку

ПОПРАТИ

І НЕ ЗІПСУВАТИ

Повернути форму речі з трикотажу, яка вскочилася після прання, можна, відпаривши її через вологу тканину, при цьому злегка розтягуючи.

Щоб відбілити білі вовняні речі, перед пранням варто замочити їх на 2 години в розчині, що містить 2 столові ложки мийного засобу на 10 л води. Майте на увазі, що вовняні речі не можна прати в гарячій або холодній воді, тому розчин має бути кімнатної температури.

Якщо річ вскочилася, то перед пранням її треба на годину замочити в розчині, що містить 3 столові ложки нашатирного спирту, 1 столову ложку скипидару і 1 столову ложку одеколону на 10 л води.

Хочете зробити кольорову білизну яскравішою? Додайте у воду для прання 2—3 столові ложки солі.

Щоб видалити жирні плями з шовкових і вовняних речей, можна прати їх в настій гірчиці. 1 склянку порошку гірчиці замочити в невеликій кількості води і розтерти до стану рідкої кашки. Потім протерти її через марлю, додати в теплу воду (близько 10 літрів) і дати настоятися 2—3 години. Після прання річ потрібно прополоскати у воді з нашатирним спиртом (1 чайна ложка на 10 л води).

Щоб трикотажний виріб залишався м'яким і пухнастим, після прання його треба прополоскати в теплій воді з гліцерином (1 чайна ложка на 2 л води), а потім — у холодній з такою ж кількістю нашатирного спирту.

Якщо ви перете в машинці кольорову білизну, додайте у воду 2—3 ст. л. звичайної солі. Речі не полиняють, барви стануть яскравішими.

Одяг із синтетичних тканин вимагає постійного і правильного догляду. Прати і чистити його треба частіше, ніж вироби з натуральних волокон.

Якщо сукню вдягали 5—6 разів, її треба прати. Тканина легко електризується, що призводить до інтенсивного притягнення пилових частинок, а здатність синтетичних волокон вбирати жирові відділення шкіри — до швидкого забруднення внутрішньої поверхні одягу.

Перучи речі з вовняного трикотажу, додайте у воду 1 ст. л. питної соди: вона освіжить колір, усуне запах поту. Потім речі ретельно прополосчіть.

Білі шкарпетки, гольфи добре відперуться, якщо їх попередньо замочити на 1—2 години у воді, в яку додано 1—2 ст. л. борної кислоти.

• А ви знали?

Як часто це потрібно робити?

Простирати і наволочки радять прати раз на тиждень, щоб видалити забруднення, що скупчуються на білизні.

Як білизна так швидко забруднюється?

Клітини людської шкіри — їжа для постільних кліщів. Це одна з найбільших проблем, пов'язаних зі сном у ліжку. Кліщі накопичуються на білизну разом з їхніми фекаліями. А ще є лупа домашніх тварин, цвілі грибки, спори грибків, тілесні виділення і бактерії. І це не враховуючи пилу, волокон, частинок комах, пилку, бруду, піску і косметики!

Як не дивно, одна людина може «виготовити» до літра забруднень за ніч. І, звичайно, не варто заперечувати той факт, що багато хто їсть у ліжку під час перегляду телевізора, що також не сприяє стерильності.

Чи справді є ризик для здоров'я?



Одні люди міняють постільну білизну раз на тиждень, інші — раз на місяць, а деякі і ще рідше. Зауважили, що багато хто, особливо молодь, вкрай неухважно ставляться до проблеми своєчасної заміни наволочок, простиратл і підковдр.

Забруднення на постільній білизні — пряма загроза для дихальних шляхів, а не джерело інфекції. Якщо у вас алергія або астма, то ваш стан здоров'я може погіршитися. Але якщо у вас немає алергії, вона може розвинути, тому що організм постійно зазнає впливу шкідливих речовин.

Як найліпше випрати постільну білизну?

Потрібно, щоб температура води для прання була від 60 градусів — така програма є в кожній пральної машини. Бажано також, щоб постільна білизна сушилася в машині за допомогою гарячого повітря. Це вбиває бактерії і постільних кліщів.

Для додаткового захисту

Як часто міняти постільну білизну

день в гарячій воді, і можна спати спокійно?

Ні. Щоб захистити матрац, найкраще додатково використовувати намотрачник. Усе зайве, шкідливе і непотрібне буде залишатися на ньому. Без намотрачника з плином часу матрац перетворюється на справжній розсадник бактерій, який можна засотосувати в малих кількостях. Відбілювачі, які використовуються в холодній воді, містять перекис, що також сприяє позбавленню від небажаних «сусідів».

Отже, потрібно прати постільну білизну раз на тиждень

• Напохв'яті

ЧИЩЕННЯ МАТРАЦА ЗА 15 ХВИЛИН

Частинки відмерлої шкіри, пил, волоски, дрібні мікроорганізми — все це, як ми вже зазначали, в достатку є в матраці. Тому варто виділити час на його ретельне очищення.

Добре, що є спосіб, який забирає мінімум зусиль, але дарує матрацу оновлений вигляд і дивовижну свіжість. Та й таке чищення матраців можна перетворити на розвагу!

Пропонований засіб для чищення матраца дешевий і є в кожній оселі. Достатньо чистити матрац таким чином 1 раз на 2 тижні.

Щоб оновити і освіжити матрац, треба розсипати харчову соду по всій його поверхні і залишити на якийсь час. Залежно від ступеня забруднення матраца, соду потрібно тримати від 15 хвилин до години.

Потім слід дбайливо пропилососити матрац — і все готово! Сода вбере зайву вологу, прибере запахи, очистить поверхню матраца від хвороботворних бактерій.

Якщо хочете ще й дезодорувати матрац, додайте до соди перед нанесенням кілька крапель ефірної олії, наприклад, лаванди.

Коли прибираєте в оселі, думайте, що чистите до блиску свою душу/ С. Асахара

