## Улыбнёмся...

*- Слушай, дорогой, ты чай как пить будешь: с печень'ями или с варенья'ми?*
*- Без никому.*

**Этикет**

## Правила поведения за столом

Ну, слава Богу, к столу благополучно сели. Естественно, прежде чем плюхаться на стул самому, нужно отодвинуть стул для дамы-соседки слева. А если ваши соседи по столу – мужчины, то они сами о себе позаботятся.

Можно сколько угодно иронизировать над тем, что "дичь едят руками", а "рыбу ножом, наоборот, не едят", но поверьте, умение вести себя за столом поможет вам не чувствовать себя неловко даже в незнакомом обществе. К тому же вы сможете полностью сосредоточиться на еде и её вкусовых качествах, а не думать о том, как бы ненароком не выпить воду из чашечки для ополаскивания пальцев. Бывали такие случаи, зафиксированы они в мировой литературе.

К тому же, чувствуя себя за столом легко и непринуждённо, вы сможете и светскую беседу с соседями вести соответствующим образом, а не налегать от смущения на горячительные напитки. Помните: только плохо воспитанный человек может заснуть лицом в салате. Хорошо воспитанный человек ни за что не сделает этого раньше десерта и заснёт в компоте или мороженом.

Конечно, это всё шуточки, но в каждой шутке есть доля истины. Итак, специалисты по этикету настоятельно рекомендуют:

Садясь за стол, обратите внимание на свою осанку. Не следует разваливаться за столом, как не следует и напрягаться. Сидеть надо прямо, но свободно, слегка опираясь на спинку стула. Стул не должен стоять близко к столу. Во время еды можно слегка наклоняться вперёд.

Руки держат подальше от лица, не поправляют ими беспрестанно волосы, не потирают лоб. На столе должны быть только кисти рук, но не локти.

Салфетку, сложенную вдвое так, чтобы её нижняя половина выступала на 2-3 см, кладут на колени. В этом случае будет удобно вытереть о её верхнюю часть пальцы, испачканные во время еды. Приложите к губам салфетку перед тем, как пригубить напиток, чтобы не оставлять на стекле следов жира. Выходя из-за стола, аккуратно положите её с правой стороны от тарелки, а если посуда убрана, то в центре. При этом нет необходимости тщательно складывать салфетку - достаточно, чтобы она не разворачивалась и не падала со стола. Если используется бумажная салфетка, её надо слегка смять и положить на использованную тарелку.

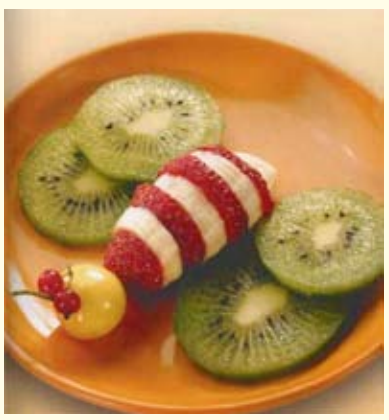
*(Продолжение в следующем номере.)*

**Смешные поделки**

## Пчёлка

*Вам потребуется: 1 банан, 1 клубника, 1 жёлтая черешня с черенком, 2 ягодки красной смородины на плодоножках, 1 киви.*

Подобрать банан и клубнику одинакового диаметра. Отрезать от банана кончик и три кружочка. Клубнику нарезать на кружочки такой же толщины. Приставить к кончику банана кружочек клубники, затем кружочек банана. Чередуя таким образом кружочки фруктов, выложить полосатое "туловище" пчёлки. Киви очистить и нарезать тонкими ломтиками. Это "крылышки". Сделать из жёлтой черешни "голову", черенок черешни - "носик" пчёлки. Глаза сделать из красной смородины. Уложить "пчёлку" на тарелку.



## Способы приготовления варенья

**Существует несколько способов приготовления варенья:**

- Из 1 кг сахара и 1-2 стаканов воды готовят сироп, после растворения сахара его варят на сильном огне до загустения, затем снимают с огня, кладут фрукты и выдерживают 20 мин. для выделения сока. После этого варенье доваривают до готовности. Это - быстрая варка варенья. Таким способом варят варенье из несочных фруктов.
- В посуду кладут слоями фрукты и сахар, оставляют их на некоторое время для выделения сока и растворения сахара, затем ставят на огонь. Варенье должно непрерывно кипеть.
- Сначала варят густой сироп, затем опускают в него фрукты, проваривают вместе несколько минут, снимают с огня и накрывают крышкой. После перерыва снова варят, и так несколько раз. Это - многократная, или ступенчатая, варка варенья.

# Для тех, кто любит готовить

***«Мысль не отделяй от дела. Прочитал - хорошо, но самое главное - сделай!»***

### Овощная окрошка

*Хлебный квас, картофель, редис, морковь, зелёный лук, сметана, огурцы, яйцо, сахар, горчица, зелень петрушки, соль.*

Картофель и морковь отварить, охладить и очистить. Нарезать мелкими кубиками вместе с редисом и огурцами. Лук нарезать и растереть небольшим количеством соли до тех пор, пока не появится сок. Затем добавить сметану, соль, сахар и квас. Посыпать измельчённой зеленью петрушки.

### Нежный салат из селёдки и свёклы с йогуртом

*1 солёная селёдка, 1 средняя луковица, 4 варёных яйца, 2 средние варёные свёклы, 250 г нейтрального йогурта, 2 ч.л. сахара.*

Лук измельчить и замочить в уксусе или лимонном соке. Филе селёдки нарезать тонкими кусочками, свёклу - соломкой. Отделить белки от желтков. Белки также нарезать соломкой.

*Соус:* растереть желтки с сахаром и смешать с йогуртом. Можно добавить немного горчицы, лучше сладкой. Продукты смешать, заправить соусом. Салат получится очень нежный и приятный.

### Сырные рулетики

Сыр оставить нагреться до комнатной температуры и тонко нарезать.

Приготовить начинку: обжарить мелко порезанный лук с грибами, остудить, добавить натёртые варёные яйца и немножко майонеза, хорошо перемешать.

Смазать ломтики сыра начинкой, свернуть в трубочки и украсить.

### Рыбный рулет с грибами и яйцами

*500 г рыбного филе, 100 г белого хлеба, 1 яйцо, 100 мл молока, 50 г маргарина, соль, перец, мускат.*

***Для начинки:*** *2 луковицы, 1 яйцо, 1 ст. отварных грибов, растительное масло, соль, перец.*

Размочить хлеб в молоке, пропустить вместе с рыбой через мясорубку. Добавить специи, растопленный маргарин, взбитые яйца и тщательно перемешать.

Для начинки потушить в масле

грибы и лук, залить омлетом из воды и яйца. Поливать, пока смесь не загустеет.

Выложить дно и стенки формы рыбной массой, в углубление утрамбовать грибы, сверху плотно уложить оставшуюся массу.

Поставить в морозильную камеру на 30 минут.

Затем выложить кольцо на противень, покрытый пекарской бумагой, смазать яйцом, посыпать тёртым сыром и запекать 30 минут в духовке при температуре 200°С.

***Примечание.*** В качестве начинки можно использовать не грибы, а, например, маринованные огурчики с луком и омлетом. Или ещё что-нибудь на свой вкус. Если рыба не очень плотная, располазается, то можно начинку не класть внутрь рулета, а перемешать с рыбным фаршем - тогда рулет получится крепче.

### Рулетики из сельди

Ломтики солёной сельди свернуть в кольца и заполнить смешанной с майонезом или густой сметаной смесью из натёртых на крупной тёрке варёной свёклы, сыра, репчатого лука.

Украсить оливками и ломтиками помидоров.

### Пирог «Графский»

*5 вафельных коржей, майонез, 300 г твёрдого сыра, 1 банка шпротов, 5 яиц, 1 ч.л. горчицы, 2 ст. л. сметаны, лук зелёный, 200 г куриного филе, 300 г грибов.*

Отварить филе в подсоленной воде, затем вкрутую отварить яйца. Грибы нарезать и обжарить с луком. Сыр натереть на крупной тёрке. Шпроты размять вилкой. На корж выложить шпроты. Разровнять и посыпать тёртым сыром. Смазать майонезом. Яйца натереть на тёрке. Лук мелко нарезать. Добавить горчицу и майонез, тщательно перемешать. Намазать корж этой смесью и накрыть следующим коржом. Курятину пропустить через мясорубку, добавить в неё майонез и смазать этой начинкой. Накрыть следующим. На него выложить грибы с луком и накрыть последним - пятым коржиком. Его смазать майонезом, посыпать луком и тёртым сыром. Поставить для пропитки в холодильник на 2-3 часа. После чего достать, нарезать и наслаждаться вкусом.

# Кисленькое на зиму

### Щавель натуральный

Листья щавеля перебрать, тщательно промыть, дать стечь воде. Бланшировать в кипятке 1-2 минуты, затем плотно уложить в горячие стерильные банки. Воду от бланшировки довести до кипения и залить щавель, накрыть банки крышками и пастеризовать в кипящей воде 20 минут. Крышки закатать и охладить банки, перевернув вверх дном.

### Щавель солёный

*1 кг молодых листьев щавеля, 100 г соли.*

Щавель тщательно промыть, дать стечь воде и порубить ножом. Смешать с солью. Плотно уложить в стерильные сухие банки и закрыть плотно полиэтиленовыми крышками. Использовать для приготовления зелёных щей, хранить в холодильнике.

### Пюре из щавеля

Молодые листья щавеля перебрать, тщательно промыть и дать стечь воде. Бланшировать в кипящей воде 4-5 минут, после чего быстро протереть через сито. Пюре нагреть до кипения, разложить в стерильные полулитровые стеклянные банки и пастеризовать 10 минут. Закатать крышки и дать остыть.

### Зелёные щи

*600 г молодых листьев щавеля, 450 г шпината, по 60 г корня петрушки и репчатого лука, 6 листочков сельдерея, 9-10 горошин чёрного перца, 3 лавровых листа, 3 чайные ложки соли, 360 мл воды.*

Корень петрушки очистить, вымыть и варить 15-20 минут, затем охладить и мелко нашинковать. Зелень и лук также очистить, промыть, дать стечь воде, мелко нашинковать, сложить в эмалированную кастрюлю, залить водой, добавить петрушку, перец, лавровый лист, соль и варить 8-10 минут. Быстро выложить в горячую стерильную полулитровую банку, накрыть крышкой и пастеризовать 10 минут. Закатать и охлаждать, перевернув вверх дном.

### Ботвинья

*По 500 г молодых листьев и черешков свёклы или мангольда и листьев щавеля, 350 мл воды, 1 чайная ложка соли.*

Зелень перебрать, очистить от огрубевших частей, тщательно промыть, дать стечь воде, порубить, сложить в эмалированную кастрюлю и залить горячей водой. Когда вода закипит, добавить соль и держать на огне 2 минуты. После чего быстро разлить по стерильным полулитровым банкам, закатать прокипячёнными крышками, перевернуть вверх дном и охлаждать до остывания под ватным одеялом.

### Весенние щи

*По 500 г листьев щавеля и зелёного лука, 250 г зелени укропа.*

Щавель и укроп перебрать, вымыть и измельчить. Зелёный лук промыть и нарезать кусочками длиной 1,5-2 см. Всё тщательно смешать и протереть со 100 г соли до выделения сока. Разложить плотно в стерильные полулитровые банки, накрыть крышками и пастеризовать 10 минут. Крышки закатать. Перед употреблением излишки соли смыть в горячей воде.