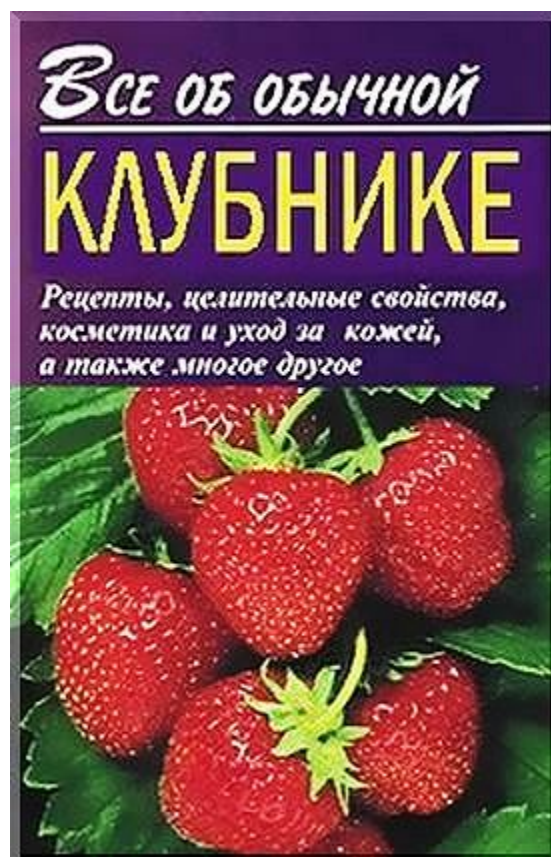


Иван Дубровин
Все об обычной клубнике



Серия «Все об обычных продуктах»



ВСТУПЛЕНИЕ

Говорят, что когда-то жил да был на белом свете молодой принц Белоцвет. Родительской любовью он обделен не был и относился ко всем окружающим его людям с добротой и вниманием – равно, как и они к нему. Так прошли годы...

Принц женился на дочери короля из соседнего государства и был поистине счастлив. Но однажды ему привиделся сон, что какая-то прекрасная золотоволосая девушка вела его за собой по мягким пушистым облакам к огромной ярко-зеленой поляне и, нежно приподнимая листочки какого-то странного дерева, показывала ему прекрасные, издающие дурманиющий аромат ягоды.

Он проснулся и, рассказав о своем чудном сне молодой жене, тотчас же начал собираться в дорогу. Слезы бедной девушки никак не могли остановить влюбленного в грезы принца – за одну ночь он стал черствым и жестоким! И перед самым его отплытием жена поклялась, что сделает все, для того чтобы он поверил в ее любовь и вернулся...

Во время долгого похода корабль Белоцвета попал в шторм и затонул вместе со всей командой посреди безбрежного океана. В живых остался только один принц – какая-то неведомая сила вырвала его из морской пучины и вознесла к небесам. Очнувшись, он увидел перед собой ту самую незнакомку, которая ласково взяла его за руку и повела по облакам к своему тенистому саду.

Став невольным пленником прекрасной нимфы, принц потерялся во времени и, вкушая аромат спелых сочных плодов, он совершенно забыл о своей жене и о будущем ребенке, которого она ждала. Но как-то раз, прогуливаясь по небесному саду, он случайно заметил в высокой зеленой траве маленький кустик. Раздвинув густые стебли, принц наклонился к самой земле и сорвал с него единственную ягоду. Ее вид показался ему очень знакомым, а когда он попробовал этот странный плод, память его прояснилась.

В один миг он очутился у ворот своего королевства и, горя желанием увидеть свою жену, начал изо всех сил барабанить в закрытые двери. Открыл ему слуга, который с прискорбием сообщил, что милая принцесса, так и не дождавшись его высочества, слегла в могилу, забрав с собой во чреве своем так и не родившееся дитя.

Долго горевал принц над могилой своей возлюбленной, и от его падающих слез на земельном холмике стали появляться желто-белые цветы – будто память о слиянии его некогда чистой души с солнечной плотью небесной девушки. Слепая неверность погубила его настоящее счастье, а большая любовь оставила ему от своих цветов те самые, красные в крапинку ягоды, чтобы он никогда не смог больше забыть о жестокости своего сна!

В память о девичьих слезах, которые скатывались по щекам принцессы крупными округлыми клубочками, люди стали называть эти ягоды клубникой, а когда они что-то забывали или просто не могли вспомнить, то срывали одетые в красную королевскую мантию плоды и вкушали их чистый и приятный аромат...



ГЛАВА I. ВСЕ О КЛУБНИКЕ



Какие сюрпризы только не готовит людям природа! Однако сказки не берутся из ниоткуда, но и голой правдой их тоже назвать нельзя. Но клубника и впрямь обладает целебным свойством, помогающим восстановлению памяти человека.

Клубнику часто путают с земляникой. Отличие у этих растений небольшое, но все-таки есть. Земляника более урожайная, и размер ягод у нее значительно меньше, чем у клубники. Но зато у клубники вкус и аромат плодов нежнее и мягче.

Клубника относится к растениям двудомным по наличию «разнополых» кустов: формирование женских и мужских цветков происходит отдельно друг от друга. Для хорошего плодоношения клубники, которым это растение может порадовать своего хозяина, вполне достаточно к 4–6 женским кустикам подобрать 1–2 мужских.

Листья клубники значительно крупнее земляничных: сильнофрированные (морщинистые, стянутые), крупнозубчатые, пилообразные, всегда выше которых находятся цветоносы. Само растение по своему строению довольно высокое и крупное, но его цветки мельче, чем у земляники.

Клубника, как и ее «двоюродная» сестра, отличается от остальных ягодных растений ранним созреванием плодов и их вкусовыми и ароматическими качествами. Кроме того, она быстро плодоносит и легко размножается. Корневая система по своему природному образованию относится к виду мочковатых и является своеобразным «монополистом» по отношению к общей массе всего растения – занимает более 70 %.

Наиболее благоприятные для произрастания клубники места – это ровные, не обделенные солнечным светом почвы. Не любит это растение сильно ветреной и засушливой погоды. Поэтому перед посадкой клубники для нее отводят на садовом участке определенное место, либо защищенное какими-нибудь постройками со стороны господствующих ветров, либо углубленное на лопатный штык и разровненное. Почву для этого необходимо предварительно подготовить и постоянно следить, чтобы со временем на ней не образовывалась сухая земельная корка и не было застоя воды – это пагубно повлияет на жизнедеятельность растения, так как процесс природного газообмена будет затруднен, а клубника любит «дышать».

Размножается клубника с помощью так называемых «усов», побегов, которые появляются из пазушных нижних боковых почек растения. После сформировавшихся на «усах» листовых розеток с маленькими придаточными корнями эти побеги от женского

растения аккуратно отделяются острым ножом (или лопаточкой) и используются для образования новой клубничной плантации. Не рекомендуется брать побеги от старых насаждений – будет плохой урожай по количеству и качеству. Лучше всего на рассаду пойдут отпрыски здоровых «двухлеток», которые давали больше урожая, в отличие от всех остальных, и имеющие на не слишком вытянутых «усах» мочковатые корни, располагающиеся ближе к кусту.



Подготовленную рассаду при перевозке на другой участок необходимо определить в полиэтиленовые или целлофановые мешки с влажной землей и обязательно произвести дополнительное «поверхностное» увлажнение методом опрыскивания питьевой водой.

Посадка клубники производится в определенный срок, и уже через год растение способно дать первый урожай. Как известно, клубнику не рекомендуется постоянно «держат» на одном и том же месте приусадебного участка: пораженные различными болезнями некоторые кусты этого растения благодаря своим корням оставляют в почве своеобразный эпицентр болезни, отрицательно влияющий на развитие и плодоношение впервые посаженной культуры, а разного рода вредители со временем начинают «привыкать» к постоянному месту нахождения растения и зачастую поселяются именно там.

Поэтому, для благоприятного роста клубники места посадки меняются каждые 3–4 года (или по мере снижения урожайности). На место, где последним был посажен горох или ранние овощи, не оставляющие после себя большого количества «мусора» в почве, в отличие от лука или огурцов, можно свободно перенести клубнику, а на ее прежнее место посадить какую-нибудь другую огородную культуру. Таким сменным методом мест можно «обмануть» и вредителей, обожавших определенные культуры, и со временем поражающие растения болезни.

В общем, клубника неприхотлива к выбору своего места жительства – растет, «где попало», но если в почве на садовом участке преобладают песчаники и глина, то хорошо было бы удобрить ее торфом. И все же из всех видов почв она предпочитает среднесуглинистые. В кислых почвах клубника не селится, но если так уж получилось, что земельный участок в большинстве наделяется именно таким видом почвы, то тогда его необходимо «усовершенствовать» под клубничную культуру.

Кислотность почвы заблаговременно (за год до посадки) снижают путем добавления в нее молотого известняка: 450 г на 1 кв.м. посадочной площади. Дополнительно со временем в почву под клубнику вносятся минеральные подкормки и удобрения: свежий навоз,

хлористый калий и суперфосфат, которые необходимо употреблять при подготовке участков для новых плантаций независимо от рода почвы.

После подготовки наиболее благоприятного места для правильного роста и хорошего урожая клубнику высаживают двумя способами: в засушливых местах (на открытом солнце) необходимо сажать в углубленные канавки-борозды, а на плохо просыхаемых в весенний период участках – невысокими грядками. Примерное расстояние между кустиками в ряду – четверть метра, а между рядами – не менее 50 см.

Рассаду аккуратно помещают в предварительно выкопанные лунки, прижимая к одному краю, чтобы можно было воспользоваться свободным пространством и расправить корни. Затем ее выравнивают и присыпают землей. Необходимо обратить внимание на то, чтобы точка роста отдельного разветвления стебля клубники немного выглядывала. После этого независимо от влажности почвы рассаду обильно поливают, давая возможность корням плотно прижаться к ней по мере проникновения вглубь воды. И остается только удобрить небольшим слоем торфа или навоза углубленное вокруг растения место.



Лучше всего клубнику сажать к середине – концу августа в пасмурную погоду, когда моросит мелкий дождик, – больше вероятности, что на следующее лето будет хороший урожай.

Вкусные и сочные ягоды клубники содержат в себе богатый рацион всевозможных полезных для человеческого организма питательных веществ. Количественное содержание лимонной, салициловой, яблочной и других кислот зависит преимущественно от окружающей среды и погодных условий, а также от заботливого обращения с растением в период его развития, но однако именно ими оно никогда не бывает обделено.

Огромное содержание в клубничных плодах железа, марганца, йода, фтора, меди, цинка, каротина, витаминов группы В, С, РР и Р-активных веществ положительно влияют на организм человека при общем упадке сил. Постоянно употребляя в пищу ягоды клубники,

можно избавиться от появления почечных камней и стабилизировать работу мочеиспускательного канала. При гипертонии и склерозе сосудов хорошо употреблять сок плодов этого уникального растения. А если больного язвой желудка постоянно мучают невыносимые боли, свежие ягоды, несомненно, помогут.

Против парадонтоза и других заболеваний полости рта в народной медицине рекомендуется применять ягодный клубничный настой. А если болезнь организма связана с появлением различного рода экзем и сыпи на коже, то сок клубники просто необходим.

Зачастую в семье случается так, что маленький ребенок начинает не на шутку капризничать, отказываясь от очередной порции творога. Что делать в таком случае? Наказать? Намного проще было бы добавить пару-тройку ягод клубники в «ненавистное» блюдо, и все проблемы решались бы в течение нескольких секунд. Кроме того, хорошо добавлять раздавленные ягоды клубники в свежеприготовленный чай – и приятно, и полезно.

Издавна клубника считалась приворотным средством, в большинстве случаев действующим безотказно: несчастная и отвергнутая добрым молодцем девушка собирала душистую ягоду в плетеную корзинку и с помощью старой бабушки-знахарки изготавливала на свежем воздухе «любовный эликсир». Заговоренный напиток подавался к столу, и в тот момент, когда ничего не подозревающий юноша подносил чарку к губам, девица зачитывала выученную молитву «о тайне сердца своего и муках душевных». В итоге – через некоторое время семья молодца засылала сватов.

А вот одна весьма состоятельная женщина с помощью клубники смогла определить личности забравшихся поздно вечером в ее дом воров, которые, как ни странно, оказались сыновьями лучших друзей ее мужа.

Будучи женой президента одной из известных фирм по производству косметики, она по своему личному желанию неоднократно подвергала свое прелестное личико всякого рода испытаниям, связанным с новым выпуском крема или лосьона, состав которых ей иногда приходилось «делать» самой из различных природных компонентов. И вот как-то раз в один прекрасный вечер, когда на дружеском собрании светского общества эта дама неожиданно для всех поссорилась со своим ненаглядным и уехала домой, так и не дождавшись праздничного фейерверка, в местную клинику поступило двое молодых людей с диагнозом – потеря речи у одного и перелом обеих ног у другого.

А случилось это, потому что обиженная женщина на слова своего мужа, по поводу старения ее кожи из-за производимых экспериментов решила доказать ему обратное. Вернувшись домой, она приготовила в «черновом исполнении» очередной крем-маску для лица и заперлась в ванной комнате. Через некоторое время почему-то отключили свет, но целеустремленная женщина сходилась на кухню за свечкой и продолжила свое занятие, даже не обратив никакого внимания на мерцающий на втором этаже собственного дома луч фонарика.

Наконец, украсив на своем лице белое «произведение» спелыми и сочными нарезками из ягод клубники, дама решила немного почитать, чтобы приятно провести время действия наложенной маски. Но вдруг до ее ушей донеслись странные звуки, раздающиеся этажом выше. Предположив, что ее муж вернулся с вечеринки «хорошим» и сразу же прошел в спальню, она поднялась по лестнице наверх.

Услышав скрип половиц, воры затаились у секретера: они точно знали, что дома никого быть не должно – все на вечеринке. Но увидев мерцающий в темноте огонек, они бросились к открытому окну, с грохотом перевернув по пути небольшой столик. Женщина вскрикнула и схватилась за секиру, висящую на ковре при входе. Упавшая свечка откатилась в сторону, и хвостик ее пламени слегка коснулся лежавшей на полу шкуры медведя. Та, в свою очередь, моментально вспыхнула, озаряя одетую в белую сорочку фигуру женщины с красно-белым лицом и грозным оружием в руках.

От неожиданности один вор, успевший перелезть через окно, неудачно свалился вниз, а другой просто застыл на месте в ожидании своей смерти. После того, как женщина узнала в стоявшем у окна парне знакомого ей человека, она вызывать полицию не стала и сразу же

позвонила в «скорую», чтобы помочь его другу. Но, как оказалось позже, медицинская помощь пригодилась им двоим – все-таки страшная штука эта клубника!

Как косметическое средство клубника снимает усталость и напряжение, придает коже лица свежий и здоровый вид. Многие девушки, с самого детства стесняющиеся появления в определенное время года веснушек, использовали ягоды клубники для «уничтожения» на лице «солнечных зайчиков». И этот метод быстро распространился среди «борцов» за чистое и приятное лицо.

Но для того чтобы использовать клубнику в пищевом, косметологическом или лечебном направлениях, необходимо знать методы правильного ее выращивания, сбора, хранения и постоянно следить в процессе развития растения за появляющимися изменениями, связанными с характерными заболеваниями культуры, а также научиться бороться с различными видами вредителей.

Наиболее распространенными вредителями клубники являются такие насекомые, как цветоед, клубничный клещ и слизни.

Цветоед (или, как его называют по-другому, землянично-малинный долгоносик) заводится в клубнике во время ее цветения и прячется на растущих рядом сорных травах. Если замечено, что увядшие или опавшие в момент самого цвета бутоны клубники подгрызены около цветоножек, то можно сразу сделать заключение: здесь поработал жук-цветоед.

Бороться с ним можно только способом естественного сбора, отряхивая жуков на увлажненный обрывок простыни и уничтожая заодно сорняки. Кстати, появления жука можно избежать «соблюдением» приличного расстояния посадки между клубникой и малиной.

Слизни же, размножающиеся во влажной среде, выедают мякоть ягод земляники небольшими ямками и тем самым портят созревшие плоды.

Изловить таких вредителей очень просто. Достаточно для этого создать для них благоприятные условия для жизни: среди кустов клубники разложить обыкновенные носовые платки, обильно смоченные водой, или влажные травяные пучки, а затем время от времени проверять «ловушки». Попавшихся на «крючок» слизней уничтожают естественным путем, а оставшихся среди плантационных клубничных зарослей вредителей отыскивают путем просмотра земляных комочков в солнечную или жаркую погоду – прячутся в тени или зарываются в поверхности слизи и грунта.

Сложнее будет с клубничным (или земляничным) клещом. «Ловить» его нет никакого смысла – слишком маленький и незаметный. Он питается соком листьев растения, после чего они становятся морщинистыми и пятнисто-бурыми. Это сразу сказывается на естественном росте клубники и качестве ягод. Кроме того, плоды значительно становятся меньше по размеру.

Жилище клубничного клеща – это основание черешков листьев (в зимний период) и сами листья с тыльной стороны (по весне). Но бороться с ним можно – не такой уж он неуловимый!

Для этого необходимо тщательнейшим образом обработать земляничную плантацию настоем чеснока и лука либо коллоидным раствором порошка серы с водой: на 5 л теплой воды – 30 г порошка. Если посещения клеща повторились, то после урожайного сбора необходимо прибегнуть к омоложению клубники и полностью срезать всю поверхностную часть растения, затем листья и стебли сжечь.

Болезнями клубники, которыми чаще всего болеет растение, является серая гниль и пятнистость листьев.

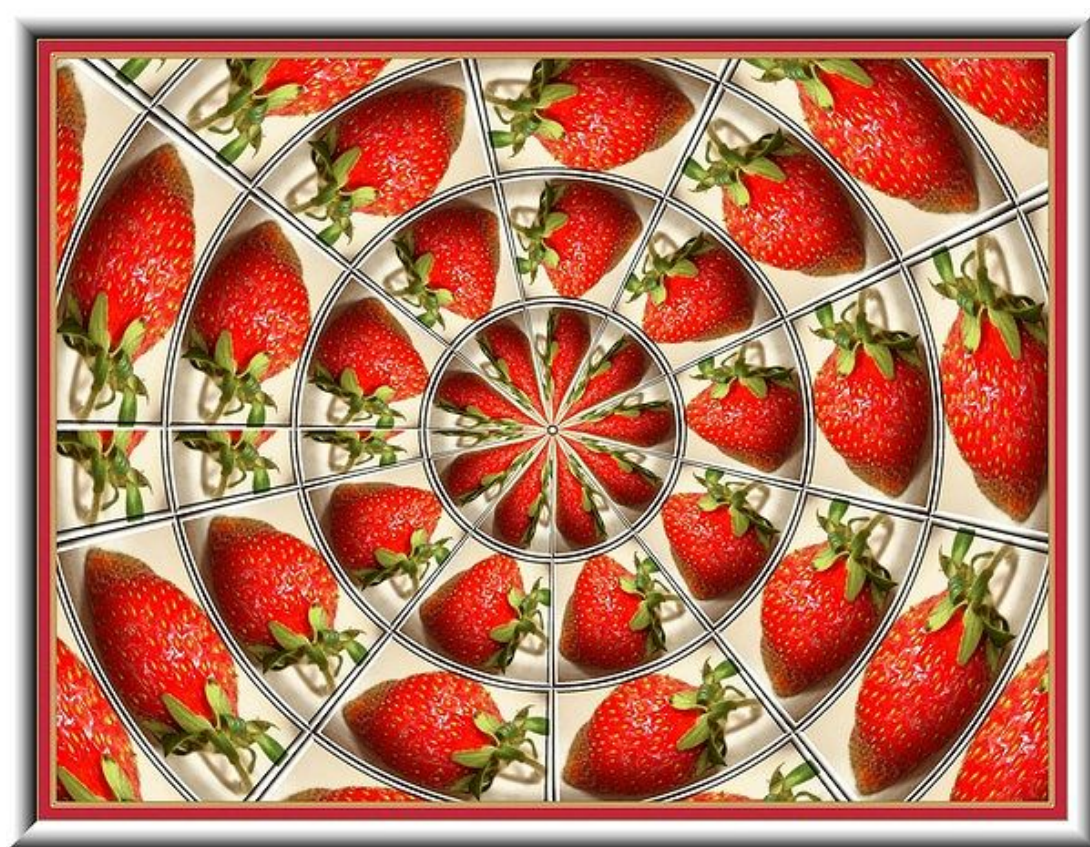
Первая из них появляется по причине неправильного обращения с растением и неправильным уходом за ним. Наличие большого количества влаги и перенасыщение азотных и органических удобрений, которые необходимо ограничить, ведет к появлению на поверхности листьев серого пушистого налета.

А пятнистость листьев – многовидовое грибковое заболевание, по причине которого

листья растений погибают. Чтобы избежать этого, необходимо произвести последние операции, как и при обнаружении клубничного клеща, только после «стрижки» плантации все оставшиеся от растения черенки опрыскать жидкостью, состоящей из смеси: 150 г негашеной извести, столько же медного купороса и 5 л воды.

Но чтобы этих неприятностей никогда не случалось, за клубникой нужен глаз да глаз. Поэтому следуйте советам специалистов, прежде чем изобретать собственные методы производства клубники.

ГЛАВА II. КЛУБНИЧНЫЙ КАРНАВАЛ



Клубнику считают (и не без основания) лучшей из ягод. И в самом деле, клубника прекрасна и в свежем виде, и со сливками, и с молоком, из нее получается очень вкусное ароматное варенье, джемы, компоты и желе, которые всю зиму будут напоминать вам о теплом и солнечном лете.

ВАРЕНЬЕ «ЯГОДКА»

Переберите, очистите от плодоножек и листиков ягоды клубники, засыпьте их в подготовленный заранее сироп. Ягоды должны быть полностью погружены в сироп. Затем поставьте на огонь и дайте сиропу сильно закипеть, снимите пену и снова дайте закипеть, повторяя эту операцию 2–3 раза. Снимите пену еще раз и доварите варенье на слабом огне. Варенье готово когда ягоды стали прозрачными и равномерно распределились в сиропе.

Вам потребуется:

ягоды – 1 кг

сахар – 1 кг

вода – 3/4 ст.



ДЖЕМ «МАДАМ БОВАРИ»

Помойте клубнику, переберите, удалите испорченные ягоды и плодоножки, засыпьте сахарным песком. Оставьте ягоды на несколько часов. Потом влейте туда немного воды и поставьте вариться на медленный огонь, доведите до кипения и варите до необходимой густоты. Для придания особого аромата добавьте в джем немного апельсинового сока и цедры.

Вам потребуется:

ягоды – 1,5 кг

сахар – 1,6 кг

вода – 1/2 ст.

ЖЕЛЕ «КЛУБНИЧКА»

Промойте и переберите клубнику, пересыпьте сахаром (половиной нормы) и оставьте пропитаться. Слейте сок с сахаром, процедите и поставьте в холодильник. Залейте ягоды горячей водой, доведите до кипения, дайте настояться. После этого процедите и досыпьте сахар, снова доведите до кипения и отставьте. Добавьте растворенный в воде желатин, сок из холодильника, лимонный сок и разлейте на порции. Перед разливом в каждую формочку на дно положите свежую ягоду и листик мяты, все охладите.

Вам потребуется:

ягоды – 100 г

сахар – 5 ст. л.

желатин – 12–15 г

вода – 1/2 л

лимонный сок – 1 ч. л.

ЖЕЛЕ «ИЗУМРУД»

Возьмите зрелую клубнику, добавьте немного воды, доведите до кипения и сразу снимите с огня, процедите. Приготовьте отдельно разваренный крахмал, процедите его и смешайте с водой, в которой варилась клубника, добавьте сахар и сварите на маленьком огне

до готовности. Помешивайте и следите, чтобы желе не переварилось.

Вам потребуется:

клубничная вода – 1,5 ст.

сок крыжовника – 1/2 ст.

сахар – 3 ст.

КЛУБНИКА «МОРСКАЯ ПЕНА»

Промойте и переберите клубнику, уложите в фужер, засыпьте сахаром. Перед подачей к столу взбейте сливки и перемешайте с клубникой. Фужер украсьте веточками мяты и бисквитной крошкой.

Вам потребуется:

ягоды – 250 г

сахар – 1 ст. л.

сливки – 50 г



КЛУБНИКА С МОЛОКОМ

Вымойте и переберите клубнику, разомните и засыпьте сахаром, добавьте ванилин. Отставьте на некоторое время, для того чтобы ягоды пропитались сахаром и пустили сок. Залейте клубнику холодным молоком, посыпьте крошкой печенья и тертым шоколадом.

Вам потребуется:

ягоды – 750 г

сахар – 100 г
молоко – 200 г
ванилин – 1/2 пакетика

КРЕМ «МЕЧТА»

Перетрите через сито ягоды клубники и взбейте с жирным творогом в миксере постепенно добавляя мед. Крем разложите по тарелкам, украсьте ягодами клубники и полейте жидким медом.

Вам потребуется:

ягоды – 250 г
творог – 250 г
мед – 3 ст. л.



КЛУБНИКА «СНЕЖНАЯ»

Переберите и вымойте клубнику, отложите несколько крупных ягод для украшения, оставшиеся разрежьте на половинки и разложите по тарелочкам. Взбейте белки в пену с сахаром и вылейте ложечкой на ягоды, посыпьте сахарной пудрой.

Вам потребуется:

ягоды – 1 кг
белки – 2 шт.

КЛУБНИКА «ПО-ДОМАШНЕМУ»

Переберите, почистите, промойте ягоды клубники и дайте им стечь. Уложите клубнику в банки, пересыпьте сахаром и накройте крышками. Простерилизуйте банки 5-10 минут и сразу же закатайте. Клубника в собственном соку готова.

Вам потребуется:

ягоды – 1 кг

сахар – 300 г

ОКРОШКА «СЮРПРИЗ»

Промойте и переберите клубнику, отделите крупные ягоды, остальную клубнику сложите в эмалированную кастрюлю. Залейте ее водой, доведите до кипения, снимите с огня и оставьте на 20 минут. Затем слейте сок, процедите его, добавьте сахар, мед, дрожжи и лимонный сок или кислоту. Снова процедите и добавьте немного изюма, разлейте в темные бутылки так, чтобы в каждой оказалось по изюминке. Бутылки плотно закупорьте и поставьте в темное место на 7 дней. Когда квас будет готов, разложите по тарелкам разрезанные пополам ягоды клубники, нарезанные ломтиками апельсины и лимон и залейте все это приготовленным напитком. Добавьте сахар по вкусу или заправьте блюдо ложечкой клубничного варенья. Такая окрошка поднимет настроение в жаркий душный день.

Вам потребуется:

ягоды – 2 кг

вода – 2 ст.

мед – 2 ст. л.

сахар – 8 ч. л.

лимонная кислота – 2 г

дрожжи – 5 г

лимон – 1 шт.

апельсин – 1 шт.

СУП – ПЮРЕ «КЛУБНИЧНЫЙ»

Свежую клубнику протрите через сито. В кипящую воду положите сахар, размешайте и процедите. Затем охладите сироп и смешайте его с ягодным пюре. К столу подайте со сметаной или сливками и ванильными сухарями.

Вам потребуется:

ягоды – 300 г

вода – 2 ст.

сахар – 1/4 ст.

ПАСТИЛКИ «БУРАТИНО»

Переберите спелую клубнику, высыпьте ее в эмалированную кастрюлю, закройте крышкой и поставьте в духовку. Когда ягоды распарятся, разомните их деревянной ложкой или толкушкой, протрите через сито и смешайте с сахаром. Поставьте на маленький огонь и уварите до густоты желе. Выложите готовое желе тонким слоем на противень, покрытый пергаментом и посыпанный сахарной пудрой, и поместите в духовку для просушивания. Готовую пастилу разрежьте на узенькие полосочки и посыпьте сахарной пудрой. Лакомство для малышей готово.

Вам потребуется:

ягоды – 1 кг

сахар – 500 г

КЛУБНИКА «ВАЛЬС»

Вскипятите молоко с сахаром по вкусу. Разведите муку небольшим количеством воды и добавляйте постепенно, непрерывно помешивая, в кипящее молоко. Варите, помешивая, пока

не загустеет, снимите с огня, добавьте ванилин. Затем хорошо взбейте яичные желтки и добавьте туда же. Полученную массу хорошенько перемешайте и протрите через сито или дуршлаг. На тарелочки выложите крупные свежие ягоды и залейте их приготовленным кремом.

Вам потребуется:

молоко – 1/2 л

мука – 2 ст. л.

желтки – 3 шт.

ягоды – 1 кг



«ВОЗДУШНАЯ КЛУБНИКА»

Взбейте миксером в воздушную массу ягоды клубники с сахаром и яичными белками, переложите в стеклянные вазочки и поставьте в холодильник на 1 час. Перед подачей украсьте целыми ягодами и листиками мяты.

Вам потребуется:

ягоды – 500 г

сахар – 4 ст. л.

белки – 2 шт.

ТОРТ «НАСТРОЕНИЕ»

Вскипятите молоко, всыпьте в него часть сахара и соедините с взбитыми желтками. Доведите до кипения, непрерывно помешивая, и при первых признаках кипения снимите с огня. Прибавьте замоченный в холодной воде желатин (в соотношении 1:4). Хорошо размешайте до полного растворения желатина, процедите и дайте слегка застыть. Затем смешайте со сметаной, взбитыми сливками с сахаром и круто взбитыми белками. Полученный крем переложите в форму, на дно которой уложите ягоды клубники и поставьте

в холодильник. Перед подачей к столу опустите дно и бока формы в горячую воду и сразу переверните на красивое блюдо.

Вам потребуется:

молоко – 800 г

сахар – 300 г

яйца – 8 шт.

сметана – 200 г

желатин – 25 г

ягоды – 300 г

«СЛИВОЧНАЯ КЛУБНИКА»

Промойте, переберите и очистите клубнику, затем протрите ее через сито и разотрите с сахаром до его полного растворения. Полученную массу разложите по бокалам, добавьте сливки, хорошо размешайте и поместите в холодильник. Перед подачей бокалы украсьте ягодой клубники.

Вам потребуется:

ягоды – 1/2 кг

сливки – 1/2 л

сахар – 5 ст. л.

КЛУБНИЧНЫЙ ПЛОВ «ЗВЕЗДА ВОСТОКА»

Помойте и переберите клубнику, нарежьте ее на дольки и положите на дно кастрюли с растопленным сливочным маслом. Сверху положите предварительно замоченный рис, затем – слой клубничного пюре и снова рис. Залейте все горячей водой, добавьте немного масла и меда и варите под плотно закрытой крышкой на медленном огне, пока рис не будет готов. Подавать можно в горячем виде, а если рис и клубнику отварить отдельно, а потом смешать, добавив корицу и цедру апельсина, и затем заморозить – получится замечательный холодный десерт.

Вам потребуется:

ягоды – 500 г

рис – 2 ст.

масло -100 г

вода – 4 ст.

СУП-ПЮРЕ «НЕЖЕНКА»

Переберите и промойте клубнику. Откиньте на сито, дайте стечь воде и протрите ягоды через сито. Вскипятите воду, положите в нее сахар, размешайте и процедите сироп. Смешайте приготовленный сироп с клубничным пюре, охладите, добавьте сметану и подайте к столу с сухим печеньем или сухариками.

Вам потребуется:

ягоды – 500 г

сахар – 1/2 ст.

вода – 2 ст.

ЗАПЕКАНКА «ПИКАНТНАЯ»

Разрежьте хлеб на кусочки одинаковой величины, намочите их в молоке с сахаром. Затем протрите творог, клубнику и смешайте с взбитым белком, сахаром и изюмом. Хлеб уложите в смазанную маслом форму, а на него – приготовленную массу. Сверху накройте

другими ломтиками хлеба, промажьте маслом и поставьте в духовку. К столу подайте со сливками или сметаной.

Вам потребуется:

творог – 200 г

манка – 1 ч. л.

белок – 1 шт.

сахар – 3 ч. л.

молоко – 2 ст. л.

батон или белый хлеб – 200 г

ягоды – 100 г

изюм – 1 ст. л.

масло сливочное – 50 г

РИС «УДИВИТЕЛЬНЫЙ»

Отварите рис в молоке с сахаром и остудите. Разведите крахмал в молоке, добавьте сахар, ванилин, желток и влейте в горячее молоко, постоянно помешивая до загустения. Вымойте, переберите клубнику, дайте ей стечь и уложите на рис. Залейте рис холодным кремом и поставьте в холодильник на несколько часов. Украсьте рис тертым шоколадом и взбитыми сливками.

Вам потребуется:

рис – 1 ст.

молоко – 2 ст.

сахар – 20 г

ягоды – 200 г

Для крема:

молоко – 2 ст.

желток – 1 шт.

крахмал – 10 г

ванилин – 1/2 пакетика

сливки – 1/2 ст.

САЛАТ «ВЕСНА»

Натрите на мелкой терке морковь. Разомните крупные ягоды клубники вилкой и мешайте с сахаром, дайте постоять. Смешайте морковь и клубничное пюре, полейте апельсиновым соком. Выложите салат в салатницу, обложите свежими ягодами клубники и посыпьте рублеными орехами. Украсьте салат взбитыми сливками.

Вам потребуется:

морковь – 2 шт.

ягоды – 100 г

апельсин – 1 шт.

сливки – 5 ст. л.

орехи – 20 г

САЛАТ «БОДРОСТЬ»

Вымойте и очистите свеклу, натрите ее на терке и смешайте с ягодами клубники. Добавьте воду, клубнику, изюм, дольки лимона, сахар и доведите до кипения, охладите и залейте кефиром.

Вам потребуется:

свекла – 3 шт.

ягоды – 200 г
изюм – 2 ст. л.
сахар – 100 г
кефир – 1 ст.



САЛАТ «КЛУБНИЧНЫЙ ВИНЕГРЕТ»

Очистите морковь и свеклу, натрите их на мелкой терке, добавьте натертое яблоко, ягоды клубники, изюм, залейте все водой и доведите до кипения. Охладите, добавьте лимонный сок и мед.

Вам потребуется:

морковь – 2 шт.
свекла – 2 шт.
яблоко – 1 шт.
ягоды – 200 г
изюм – 2 ст. л.
вода – 1 ст.
лимон – 1 шт.
мед – 2 ст. л.

САЛАТ «МАЙОРИКА»

Вымойте апельсины и разрежьте зубчиками, так чтобы у вас получилось по две половинки-корзиночки. Выберите мякоть апельсина и нарежьте ее кусочками. Смешайте мякоть апельсина с клубникой и сливками. Заполните корзиночку получившейся массой и сверху украсьте листиками мяты, полейте апельсиновым соком и посыпьте кокосовой стружкой.

Вам потребуется:
апельсины – 4 шт.
ягоды – 300 г
сливки – 2 ст. л.

САЛАТ «НЕПРАВИЛЬНЫЙ»

Вымойте груши и клубнику. Нарежьте груши тонкими ломтиками, а клубнику половинками и залейте салат сливками. Добавьте сок апельсина или лимона и перемешайте салат.

Вам потребуется:
ягоды – 200 г
груши – 2 шт.
сливки – 1/2 ст.
апельсин или лимон – 1 шт.

«ЭКЗОТИЧЕСКИЙ ДЕСЕРТ»

Очистите бананы, мандарины нарежьте кусочками. Вымойте и переберите клубнику, дайте воде стечь. Смешайте бананы, мандарины и клубнику со сливками. Посыпьте кокосовой стружкой и подайте десерт охлажденным.

Вам потребуется:
бананы – 600 г
мандарины – 200 г
ягоды – 300 г
сахар – 1/2 ст.
сливки – 200 г

«КЛУБНИЧНЫЙ ПРАЗДНИК»

Нарежьте дыню и арбуз кубиками. Вымойте и откиньте на дуршлаг клубнику, измельчите ядра грецких орехов, нарежьте вместе с цедрой лимон, добавьте ягоды черного сладкого винограда. Смешайте все продукты и засыпьте их сахарной пудрой, заправьте коньяком и поставьте на 1 час в холодильник.

Вам потребуется:
дыня – 300 г
арбуз – 300 г
виноград – 100 г
клубника – 300 г
лимон – 1 шт.
сахарная пудра – 100 г
коньяк – 100 г

КЛУБНИКА «НЕДОТРОГА»

Клубнику переберите и промойте, уложите в тарелку и чередуйте слоями ягоды, сахар, кукурузные хлопья. Затем взбейте творог, молоко, сахар, ваниль. Залейте смесью клубнику и подайте к столу.

Вам потребуется:
ягоды – 500 г
сахар – 2 ст. л.
кукурузные хлопья – 2 ст. л. молоко – 200 г творог – 250 г

КЛУБНИЧНЫЕ ХЛОПЬЯ «ОБЛАКО»

Промойте, переберите клубнику и засыпьте ее сахаром или залейте медом. Насыпьте поджаренные до золотистого цвета овсяные хлопья и смешайте с клубникой. Добавьте немного сливок или сметаны.

Вам потребуется:

ягоды клубники – 800 г

овсяные хлопья – 100 г

сахар – 100 г

сливки – 100 г



КРЕМ «ФАНТАЗИЯ»

Взбейте творог с сахаром, добавьте лимонный сок, клубничный джем и вмешайте взбитый белок. Разделите творожную массу на две части. Уложите первую часть в бокал и украсьте свежими ягодами клубники, на ягоды сверху уложите оставшуюся творожную массу и снова украсьте ягодами. К столу подавайте охлажденным.

Вам потребуется:

творог – 200 г

лимон – 1 шт.

клубничный джем – 3 ст. л.

сахарная пудра – 2 ч. л.

белок – 1 шт.

свежие ягоды клубники – 15 шт.

САЛАТ «НА СКОРУЮ РУКУ»

Смешайте сливки, размятую клубнику, готовые мюсли и щепотку корицы. Дайте салату

настояться и через 30 минут он готов.

Вам потребуется:

сливки – 1 ст. л.

ягоды – 200 г

мюсли – 100 г

сахар – 100 г

ПУДИНГ «УТРО»

Вскипятите молоко с сахаром и разварите в нем крахмал, размешанный с холодным молоком. Сварите, помешивая на медленном огне до загустения. Снимите массу с огня, остудите и добавьте протертую с сахаром клубнику. Все тщательно размешайте. Смешайте готовый пудинг со взбитыми сливками, украсьте свежими ягодами, листиками мяты и кружочками апельсина.

Вам потребуется:

молоко – 1/2 ст.

сахар – 2 ч. л.

крахмал -1 ч. л.

ягоды – 250 г

сливки – 100 г

СУП «МАДЕМУАЗЕЛЬ»

Вымойте ягоды клубники, переберите и дайте воде стечь. Залейте молоком кукурузные хлопья и доведите до кипения, оставьте под крышкой на некоторое время. Затем смешайте с целыми ягодами клубники и свежим клубничным пюре, добавьте сахар и рубленые орешки.

Вам потребуется:

ягоды – 500 г

кукурузные хлопья – 100 г

молоко – 1,5 л

ГОГОЛЬ-МОГОЛЬ «РАДОСТЬ»

Отделите желтки от белков. Взбейте желтки до образования густой массы, затем взбейте белки в крутую густую пену. Смешайте взбитые желтки с сахаром, клубничным соком и хорошо размешайте. Влейте холодное молоко, разведенное водой, и тщательно все перемешайте. Добавьте предварительно взбитые белки. Перед подачей посыпьте гоголь-моголь тертым орешком или шоколадом.

Вам потребуется:

яйца – 3 шт.

сахар – 1 ст.

клубничный сок – 200 г

МАННАЯ КАША «НЕУЖЕЛИ?!»

Промойте и переберите ягоды клубники, залейте водой, доведите до кипения и разварите. Протрите через сито. В сок добавьте сахар и доведите до кипения, всыпьте манку и сварите на медленном огне, непрерывно помешивая, обычную негустую кашу. Выложите кашу и взбивайте миксером или венчиком, пока не побелеет. Переложите на блюдо, остудите и подайте со сливками и свежей клубникой.

Вам потребуется:

клубничный сок – 1 л

манка – 4 ст. л.
сахар – 4 ст. л.
ягоды – 300 г



КЛУБНИКА «СЛАСТЕНА»

Вымойте ягоды клубники, переберите и отожмите сок, но не протирайте через сито. Постепенно подмешивайте в полученный сок сахарную пудру небольшими порциями и в одну сторону. Через некоторое время сок с мякотью загустеет и превратится в желе.

Вам потребуется:

ягоды – 2 кг
сахарная пудра – 2 кг

ОМЛЕТ «НЕЗАБУДКА»

Возьмите крупные ягоды клубники, переберите и промойте, откиньте на сито, чтобы стекла вода. Разрежьте на половинки и слегка поджарьте на сковороде со сливочным маслом. На поджаренную клубнику вылейте взбитые яйца, хорошенько перемешайте и жарьте, как обычный омлет.

Вам потребуется:

яйца – 3 шт.
ягоды – 300 г
масло – 50 г
сахар – 2 ст. л.

МАННАЯ КАША «МАМОЧКА»

Вскипятите молоко, посолите и, помешивая, всыпьте манную крупу. Убавьте огонь и варите кашу до готовности. Затем разлейте ее в смоченные холодной водой тарелки и поставьте их в холодильник. Перед подачей к столу выложите холодную кашу на десертные тарелки и залейте клубникой, растертой с сахаром.

Вам потребуется:
манная крупа – 250 г
молоко – 1 л
клубника – 500 г
сахар – 1,5 ст.

КРЕМ «ГНОМИК»

Разотрите желтки с сахаром добела, а белки взбейте в густую пену. Смешайте осторожно желтки с белками, влейте разведенный желатин и добавьте сок свежей клубники. Все хорошенько перемешайте и сложите в форму, облитую водой и обсыпанную сахарной пудрой. Дайте пропитаться и за час до подачи к столу поставьте крем на холод, чтобы он застыл.

Вам потребуется:
ягоды – 400 г
яйца – 4 шт.
сахар – 1 ст.
желатин – 1,5 ч. л.

ДЕСЕРТ «ПРАЗДНИК»

Замочите в воде желатин и дайте ему разойтись. Очистите клубнику от веточек и разомните в миске, отожмите сок. Оставшуюся после отжатия массу залейте горячей водой и снова отожмите. У вас должно получиться около 3/4 л жидкости. Соедините всю жидкость с сахаром и желатином. В слегка застывшее желе добавьте промытую, очищенную и обсушенную клубнику, нарезанную кусочками. Дайте желе хорошо застыть, затем выложите на тарелку и украсьте свежими ягодами, листиками мяты и бисквитными сухариками.

Вам потребуется:
ягоды красной смородины – 400 г
вода – 1/2 л
ягоды клубники – 300 г
сахар – 250 г
желатин – 1 ст. л.

МУСС «ЗАГАДКА»

Разотрите клубнику с сахаром и, помешивая, дайте закипеть. Взбейте желтки миксером или веселкой и влейте в них горячий сироп, все время помешивая массу. После того как пюре превратится в однородную массу, а желтки – в пену, заварите ими предварительно взбитые белки. Все нужно непрерывно помешивать до получения густой однородной массы. Остудите и добавьте туда взбитые сливки и распущенный желатин. Затем тщательно все перемешайте и выложите мусс в форму, смоченную холодной водой. Поставьте в холодильник, застывший мусс выложите на тарелку и украсьте листиками мяты и дольками апельсина.

Вам потребуется:
ягоды – 300 г
яйца – 5 шт.
сливки -1,5 ст.
желатин – 20 г
сахар – 1,5 ст.

ОЛАДЫ «МАРЬЮШКА»

Вымойте и переберите клубнику. Хорошо разомните ее и перемешайте с сахарной пудрой или сахаром, дайте постоять некоторое время и откиньте на сито, чтобы стекал сок. Полученный сок вскипятите и перемешайте с мякотью клубники. Снова дайте стечь лишней жидкости. Раскатайте тонкие квадратики из пресного теста. Положите на серединку 2–3 чайные ложки готовой клубничной массы и заверните «конвертиком» с четырех сторон, защипните серединку. Готовые конвертики обмакните во взбитые яйца, обваляйте в панировочных сухарях и поставьте в духовку. Когда они испекутся, посыпьте сахарной пудрой и полейте оставшимся сиропом.

Вам потребуется:

ягоды – 300 г

сахар – 300 г

яйца – 2 шт.

молоко – 1 ст.

мука – 200 г

сода – 20 г



МОРОЖЕНОЕ «ЯГОДНАЯ ПОЛЯНКА»

Переберите, промойте клубнику и дайте воде стечь. Затем засыпьте ягоду сахаром и дайте постоять в холодном месте до полного растворения сахара. Полученным сиропом полейте мороженое так, чтобы получились линии или разводы. Украсьте мороженое свежими ягодами клубники и дольками апельсина.

Вам потребуется:

ягоды – 700 г

сахар – 300 г

апельсин – 1 шт.

СОУС «АРЛЕКИНО»

Переберите и промойте клубнику, протрите через мелкое сито. Всыпьте в кастрюлю сахар, налейте воду и сварите сироп. В горячий сироп влейте вино, приготовленное пюре из клубники и доведите до кипения, непрерывно помешивая. Готовый соус подайте в горячем или холодном виде к блинчикам, оладьям, разнообразным кашам и другим блюдам.

Вам потребуется:

ягоды – 1 ст.

сахар – 1 ст.

вино – 1/4 ст.

ГРЕНКИ «ПОДРУГА»

Смажьте кусочки черствого батона маслом и обжарьте на сковороде. Нарежьте несоленый сыр тонкими ломтиками, клубнику кусочками и сбрызните лимонным соком, добавьте нарубленный миндаль, сметану с сахаром и хорошо перемешайте. Нанесите полученную массу на гренки.

Вам потребуется:

батон – 1 шт.

сыр – 150 г

клубника – 150 г

сметана – 2 ст. л.

сахар – 100 г

ПИРОГ «СЕЗАМ»

Приготовьте дрожжевое тесто по любому известному вам рецепту. Поставьте его в теплое место для брожения. Когда тесто поднимется, обомните его и дайте подняться снова. Раскатайте тесто в виде круглой лепешки и перенесите на противень, смазанный маслом. Насыпьте ровным слоем клубнику и равномерно залейте ее взбитой с сахаром и яйцом сметаной. Бортики оформите красиво и смажьте желтком. Выпекайте пирог при температуре 200–210 градусов.

Вам потребуется:

дрожжевое тесто – 1 кг

клубника – 2 ст.

яйца – 2 шт.

сметана – 1/2 ст.

сахар – 5 ст. л.

ПИРОГ «СКОРЫЙ»

Тщательно разотрите яйца с сахаром и сливочным маслом, добавьте сметану и соду, клубничное варенье, молотые грецкие орехи и все хорошо перемешайте. Добавьте муку и хорошо вымесите тесто. Выложите полученную массу на смазанный маслом противень и выпекайте в горячей духовке в течение 30–40 минут. Готовый пирог остудите и украсьте клубникой со взбитыми сливками или сметаной.

Вам потребуется:

яйца – 2 шт.

сахар – 1 ст.

сливочное масло – 2 ст. л.

сметана – 1 ст.

сода – 1–2 ч. л.

орехи – 10 шт.
клубничное варенье – 5 ст. л.
мука – 1 ст.
ягоды – 200 г
сметана для клубники – 100 г



ТОРТ «КЛУБНИКА В ШОКОЛАДЕ»

Смешайте яйца с сахаром и взбейте на водяной бане до образования густой теплой массы, оставьте и продолжайте взбивать, пока масса не остынет. Очень аккуратно деревянной ложечкой смешайте полученную массу с мукой и какао. Выложите готовое тесто в разъемную форму, обсыпанную мукой и маслом. Выпекайте в духовке при температуре 200 градусов.

Готовый бисквит разрежьте пополам и выньте из половинок весь мякиш. Бисквитный мякиш разотрите с небольшой частью заранее приготовленного крема, затем смешайте его с половиной всего количества клубники. Разделите полученную массу на две равные части и уложите в половинки бисквита, которые предварительно смажьте внутри кремом. На нижнюю половинку выложите часть крема и засыпьте клубникой, другой половинкой закройте нижнюю часть торта. Готовый торт облейте шоколадной глазурью и украсьте ягодами клубники.

Крем приготовьте так: смешайте какао с 1/2 ст. сахара, влейте молоко и варите, непрерывно помешивая. Когда масса станет однородной, снимите с огня и остудите. Затем добавьте туда яйца и взбейте. Затем разотрите мягкое сливочное масло с сахаром и постепенно добавляйте массу из яиц и какао, размешивайте до образования густой однородной массы.

Клубнику приготовьте заранее, за два дня до выпечки торта залейте ее клубничным ликером или коньяком, добавьте сахар и настаивайте под крышкой.

Вам потребуется:

Для теста:

яйца – 10 шт.

сахар – 2,5 ст.

мука – 2 ст.

какао – 50 г

Для крема:

какао – 50 г
масло – 600 г
сахар – 3 ст.
молоко – 4 ст. л.
яйца – 4 шт.
ягоды – 3 ст.
ликер – 1/2 ст.
ванилин – 2 пакетика



ТОРТ «РОЗОВЫЙ ФЛАМИНГО»

Отделите белки от желтков. Взбейте отдельно желтки с сахаром и ванилином и белки с сахаром и мукой. Испеките отдельно два коржа из белков и желтков. После выпечки охладите коржи и смажьте взбитыми с сахаром и ванилином сливками. Верхний корж и бока залейте клубничным желе и взбитыми сливками.

Вам потребуется:

мука – 2 ст.
яйца – 9 шт.
крахмал – 4 ст. л.

Для начинки:

ягоды – 500 г
сливки – 3 ст.
сахар – 4 ст. л.
клубничное желе – 1 ст.

ТОРТ «КЛУБНИЧНЫЙ РАЙ»

Разотрите желтки с сахаром, тщательно размешивая, добавьте сметану, майонез, соду и муку. Полученную массу выложите на противень и выпекайте до полуготовности. Посыпьте

клубникой и взбитыми сливками и пеките до полной готовности. Поверхность торта украсьте кокосовой стружкой и половинками свежих ягод клубники.

Вам потребуется:

мука – 2 ст.

сахар – 2 ст.

майонез – 1 банка

яйца – 4 шт.

масло – 20 г

сода – 1/2 ч. л.

белки – 3 шт.

ягоды – 500 г

БИСКВИТ «ПРИНЦЕССА»

Испеките бисквит по любому известному вам рецепту или воспользуйтесь готовым бисквитом. Клубнику накануне приготовления засыпьте сахарной пудрой и поставьте на холод, для того чтобы она пропиталась сахаром и дала сок. Бисквит разрежьте по горизонтали и пропитайте ягодным соком, разбавленным водой, пересыпьте ягодами и украсьте верх взбитыми с сахаром и ванилином сливками.

Вам потребуется:

готовый бисквит – 1 шт.

ягоды – 1 кг

сахарная пудра – 1,5 ст. сливки – 3 ст.

ТОРТ «РОЗОВАЯ ФАНТАЗИЯ»

Разотрите желтки с сахаром. В растертые желтки всыпьте муку, а сверху взбитые в крутую пену белки. Осторожно и тщательно все перемешайте и выложите в смазанный маслом и обсыпанный мукой противень. Выпекайте бисквит в духовке на маленьком огне 1 часа.

Пока печется бисквит, приготовьте крем. Отберите крупные, свежие ягоды. Перетрите и разделите на порции получившееся пюре. 1 ст. пюре отложите, а остальное постепенно разотрите со сливочным маслом и сахаром до образования однородной пышной розовой массы. Разрежьте бисквит на 3 пласта и каждый намажьте клубничным пюре, смешанным с водой. На каждый смазанный пюре пласт затем намажьте крем и уложите пласты друг на друга. На верхний пласт из кондитерского шприца выдавите узор из крема «сеточку», украсьте бока «звездочками». Сверху по краю «веночком» уложите ягоды клубники.

Вам потребуется:

яйца – 10 шт.

сахар – 2,5 ст.

мука – 2 ст.

Для крема:

ягоды – 1,5 кг

масло сливочное – 500 г

сахар – 2 ст.

КОРЗИНОЧКИ «СКАЗКА»

Приготовьте песочное тесто по любому известному вам рецепту. Раскатайте тесто толщиной 1/2 см и вырежьте из него небольшие лепешки для металлических формочек-корзиночек. Испеките корзиночки в этих формочках, опрокиньте и остудите. Заполните корзиночки ягодами клубники. Сверху залейте горячим клубничным мармеладом.

Вам потребуется:

готовые песочные корзиночки – 15 шт.

ягоды – 300 г

клубничный мармелад – 200 г

ПЕЧЕНЬЕ «НЮАНС»

Тщательно разотрите маргарин с сахаром и прибавьте желтки, сваренные вкрутую. Натрите цедру лимона, добавьте муку и замесите тесто. Разделите его на небольшие шарики, сделайте в каждом углубление и положите свежую клубничку, туда же насыпьте немного сахарной пудры. Выпекайте печенье до розоватого оттенка. Готовое печенье остудите, обсыпьте сахарной пудрой.

Вам потребуется:

мука – 200 г

маргарин – 100 г

сахарная пудра – 250 г

желтки – 2 шт.

лимон – 1 шт.

ванилин – 1 пакетик

ягоды – 200 г



ПРЯНИКИ «ОТ БАБУШКИ»

Смешайте муку, сахар, мед, коньяк, яйцо и замесите очень крутое тесто, оставьте его на сутки. Раскатайте тесто пластом толщиной 1,5 см и вырежьте формочкой лепешки. Выложите их на смазанный маргарином противень и поставьте в разогретую духовку. Приготовьте глазурь: добавьте в сахар клубничный сок, залейте кипятком и взбейте, пока масса не станет однородной и белой. Пряники смажьте горячими и дайте остыть.

Вам потребуется:

мука – 500 г

сахар – 200 г
мед – 2 ст. л.
яйца – 2 шт.
коньяк – 1 ст. л.
лимон – 1 шт.
сода – 1/2 ч. л.
Для глазури:
сахар – 200 г
клубничный сок – 5 ст. л.
вода – 3 ст. л.

ПИРОГ «СЕСТРИЦА»

Приготовьте песочное тесто, раскатайте его в круглую лепешку толщиной 15 мм по размеру формы, в которой будет выпекаться пирог. Тесто положите в смазанную маслом форму, оформите бортики орнаментом из теста и смажьте пирог яйцом. Выпекайте его при температуре 210–220 градусов. Готовый пирог заполните клубникой, залейте желе и посыпьте ореховой крошкой.

Вам потребуется:

мука – 2 ст.
масло – 250 г
сахар – 1 ст.
вода – 1 ст.
желтки – 3 шт. желатин – 1 ст. л. ягоды – 1 ст.



МЕРЕНГИ «ФЕЯ»

Приготовьте массу из взбитых с сахаром белков. Перед взбиванием белки следует охладить. Взбейте белки сначала без сахара до образования густой пены. Затем, не прекращая взбивать, тонкой струйкой всыпьте сахар. Через кондитерский мешочек высадите на противень круглые лепешечки. Испеките и охладите меренги, соедините по две лепешки,

прослоив их клубничным кремом. На верхнюю лепешку нанесите рисунок из крема и ягод клубники. Клубничный крем приготовьте так: взбейте мягкое сливочное масло до образования однородной массы, введите постепенно по чайной ложке клубнику, протертую с сахаром, и ликер.

Вам потребуется:

белки – 4 шт.

сахар – 1 ст.

Для крема:

масло – 200 г

ягоды клубники – 1 ст.

клубничный ликер – 3 ст. л.



КИСЕЛЬ «ЗАЮШКА»

Переберите, очистите и промойте клубнику. Протрите через сито. Приготовьте сахарный сироп и заварите его разведенным крахмалом, доведите еще раз до кипения. В горячий кисель положите приготовленное клубничное пюре и хорошо размешайте.

Вам потребуется:

ягоды – 1 ст.

сахар – 1 ст.

вода -2,5/2 ст.

крахмал – 2 ст. л.

НАПИТОК «КЛУБНИЧНЫЙ МЕДОК»

Смешайте холодное молоко, клубничный сок и мед. Напиток подайте с булочками или сухариками.

Вам потребуется:

молоко – 1 л

клубничный сок – 1/2 ст.

мед – 5 ст. л.

КЕФИР «НОВОСТЬ»

Промойте и переберите клубнику, дайте ей стечь и разотрите. Постепенно добавьте

кефир и мед, все тщательно перемешайте. Добавьте сахар по вкусу и охладите.

Вам потребуется:

ягоды – 6 ст.

кефир – 3 ст.

мед – 6 ст. л.

КОКТЕЙЛЬ «КОРОЛЬ»

Для приготовления этого коктейля вам необходимо промыть ягоды клубники, удалить плодоножки, добавить молоко и сметану, клубничный сироп или жидкое варенье и смешать все компоненты миксером.

Вам потребуется:

молоко – 0,5 л

сметана – 150 г

ягоды – 150 г

сироп – 5 ст. л.

измельченный лед – 4 ст. л.

КОМПОТ «НАРЦИСС»

Возьмите крепкие и сочные ягоды клубники, залейте сахарным сиропом и оставьте на 3–4 часа. После этого осторожно переложите ягоды в банки, нагрейте сироп почти до кипения, залейте ягоды этим сиропом, простерилизуйте 15 минут в кипящей воде.

Вам потребуется:

сахар – 1,5 кг

вода – 1 л

ягоды – 3 кг

КОКТЕЙЛЬ «КЛУБНИЧНАЯ ЗАРЯ»

Вымойте клубнику, протрите через сито и разотрите с сахаром, до полного растворения сахара. Добавьте сливки и мороженное и взбейте миксером или венчиком. Затем поставьте в холодильник на 30–40 минут. Край бокала смочите и обмакните в сахар для того, чтобы получился «иней», разлейте коктейль по бокалам и подайте к столу с соломинкой.

Вам потребуется:

ягоды – 1/2 кг

сливки – 1/2 л

сливочное мороженное – 500 г

сахар – 50 г

КОКТЕЙЛЬ «КЛУБНИЧКА»

Взбейте в миксере клубничное варенье, холодное молоко, ванилин сливочное мороженное, пока смесь не вспенится. Затем разлейте по бокалам, сверху добавьте взбитые сливки и тертый шоколад и подайте к столу.

Вам потребуется:

клубничное варенье – 6 ч. л.

молоко – 1 ст. л.

ванилин – 1/2 пакетика

мороженное – 50 г

взбитые сливки – 25 г

КОКТЕЙЛЬ «ЛЕСНАЯ ТАЙНА»

Взбивайте клубничный сироп с молоком и мороженым в миксере 3–4 минуты. Разлейте по бокалам и подайте к столу. Коктейль украсьте ягодами клубники и взбитыми сливками, бисквитной крошкой и лесными орехами.

Вам потребуется:

молоко – 200 г

клубничный сироп – 200 г

мороженное – 100 г

сливки – 100 г

сахар – 70 г

лесные орехи – 200 г



КОКТЕЙЛЬ «БОНИФАЦИЙ»

Взбейте в миксере клубничное варенье, йогурт, яблочное пюре в течение 3 – 5 минут. Вылейте напиток в бокал и сверху украсьте свежими ягодами или кусочками клубничных вафель.

Вам потребуется:

йогурт – 70 г

клубничное варенье – 20 г

яблочное пюре – 30 г

свежие ягоды клубники – 20 г

КОКТЕЙЛЬ «САДОВОЕ АССОРТИ»

Разотрите добела желтки с сахаром, добавьте горячее молоко, размешайте и остудите. Влейте туда клубничный сок и сок красной смородины и малины. Хорошо взбейте эту смесь и охладите. К столу подайте с кусочками льда и свежими ягодами.

Вам потребуется:

клубничный сок – 1 ст.

сок красной смородины – 1/2 ст.

малиновый сок – 1/2 ст.

молоко – 1/2 ст.

желтки – 3 шт.

сахар – 6 ст. л.



КОКТЕЙЛЬ «МОНАРХ»

Протрите клубнику и разотрите ее с сахаром, добавьте коньяк, ликер, лед и взбейте все в миксере. Затем добавьте перед подачей к столу шампанское и разлейте по бокалам.

Вам потребуется:

ягоды – 200 г

сахар – 4 ст. л.

ликер – 1 рюмка

коньяк – 1 рюмка

шампанское – 1 ст.

измельченный лед – 1/2 ст.

КЛУБНИЧНЫЙ «ХОЛОДОК»

Промойте, обсушите и протрите через сито клубнику. Затем добавьте холодное молоко, сахар, все размешайте, разлейте по бокалам и остудите в холодильнике. Перед подачей взбейте сливки и разложите сверху. Напиток подавайте очень холодным и украсьте кубиками льда и листиком мяты.

Вам потребуется:

ягоды – 600 г молоко – 1/2 л сахар – 3 ст. л.

КВАС «ДОБРЫЙ»

Промойте созревшие ягоды клубники, переберите и положите в эмалированный таз. Нагрейте до кипения и снимите с огня. Дайте постоять 10–15 минут, процедите отвар и добавьте мед, сахар и лимонную кислоту. Все размешайте, процедите еще раз и разлейте по бутылкам. В каждую бутылку положите по несколько изюминок. Проследите, чтобы бутылки были заполнены на 7-10 см ниже горлышка. Закройте бутылки пробкой и поставьте в холодное место на неделю. Вкусный ароматный квас поможет перенести вам летний зной и жару.

Вам потребуется:

ягоды – 500 г

сахар – 8 ч. л.

лимонная кислота – 2 г

мед – 2 ст. л

НАЛИВКА «ХОЗЯЮШКА»

В бутылку уложите ягоды клубники, малины, вишни и черной смородины и пересыпьте их сахаром. Бутылку поставьте на солнце, закройте горлышко марлей. Ягоды в бутылку засыпайте по мере созревания, после того как засыпали последний сорт ягод, настаивайте массу 2 недели. Затем залейте все водкой из расчета на 1 кг ягод 1 л водки и плотно закупорьте, поставьте бутылку на 1 месяц на холод. Через месяц разлейте ликер в бутылки и употребляйте через 3–4 месяца.

Вам потребуется:

клубника -1 кг

малина – 1 кг

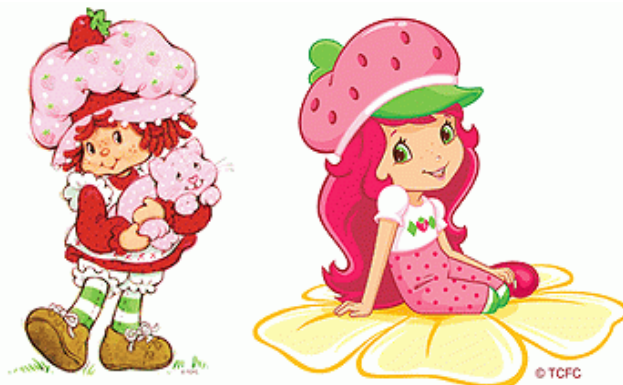
вишня – 1 кг

черная смородина – 1 кг

сахар – 2,5 кг

водка – 5 л

Попробуйте, не пожалеете!!!



ГЛАВА III. ЭТА ЦЕЛЕБНАЯ КЛУБНИКА



Да, клубника – замечательная ягода. Она настолько богата, что если съесть за лето несколько килограммов клубники, то улучшится состояние крови, которая, как известно, выполняет ничем не заменимую функцию в нашем организме. Когда речь заходит о лечебных диетах, мы чаще всего только в самую последнюю очередь вспоминаем о клубнике, поскольку она – плод сладкий, а сладкое к похудению вроде бы отношения не имеет.

Но ведь и диета далеко не всегда имеет своей целью сбрасывание лишнего веса. Очень часто об этом и речи не ведется. Человек порой нуждается в особой целебной диете, а его вес, при этом в полном порядке. Тут-то и приходит на помощь клубника – полезнейший плод.

Клубника наряду с другими ягодами и фруктами содержит в себе необходимые для человека биологически активные вещества, способствует нормальному выделению желудочного сока, поднимает аппетит – вообще улучшает работу кишечника. Наряду с шиповником и плодами цитрусовых деревьев клубника чрезвычайно богата аскорбиновой кислотой – витамином «С», а также многими другими.

Самое широкое применение клубника нашла в различных диетах, разработанных специально для людей, страдающих сахарным диабетом. Можно и не говорить, насколько тяжелым и опасным является это заболевание, к тому же диабет чуть ли не самая распространенная болезнь современности. Вряд ли кого-то удивит, что одной из причин этой крайне неприятной болезни является пренебрежение нормами питания. Этим грешат очень многие, и вот чем все заканчивается для некоторых из нас.

КЛУБНИКА «ОТ АЙБОЛИТА»

Отличным диетическим блюдом станет клубника со сливками. Для этого ягоду нужно предварительно вымыть, положить в чистую стеклянную посуду и засыпать сорбитом. Сливки взбивайте непосредственно перед едой и, взбив, смешайте их с клубникой.

Вам потребуется:

клубника – 250 г

сорбит – 1 ст. л.

сливки – 50 г.



Да, с нашим здоровьем подчас происходят разные неприятности, поэтому мы так сильно начинаем ценить его, когда внезапно утрачиваем. Что хорошо в нашей жизни, так это присутствие надежды на выздоровление, а также тех средств, которые этому способствуют.

Одним из нарушений нормального функционирования нашего организма является накопление в нем излишков мочевой кислоты, которая не может выйти естественным путем в достаточном количестве и продолжает вырабатываться в чрезмерных дозах. Такие функциональные расстройства называются в медицине подагрой и метаболическими нарушениями в организме.

Заварите себе такой чай: 50 г листьев клубники, 70 г листьев смородины, залейте 200 г кипятка и дайте настояться. Пейте чай так же, как и любой другой. Не пройдет и недели, как вы почувствуете значительно лучше: избыток мочевой кислоты удалится из вашего организма вместе со многими другими шлаками.

Клубника сослужит добрую службу в приготовлении диетических блюд, предназначенных для людей, страдающих различными желудочно-кишечными заболеваниями. В таких ситуациях люди нуждаются в так называемой щадящей диете, когда органы пищеварения избавляются от чрезмерных усилий, связанных с переработкой и усвоением «тяжелой» пищи: копченостей, солений, жирных мясных блюд, многих высококалорийных кондитерских выпечек с использованием крема, кушаний, приготовленных с большим количеством острых специй, жареных изделий и т. д. А вот клубника как раз к такой пище не относится, а наоборот, принимает активное участие в создании целебных и вкусных кушаний, которые на редкость легко усваиваются.

Если по состоянию вашего здоровья вы вынуждены придерживаться «легкой» диеты, то вечернее чувство голода наверняка вам хорошо знакомо. Не расстраивайтесь, возьмите 150–200 г клубники, разомните ее с небольшим количеством сахара, добавьте в блюдо немного апельсинового или лимонного сока и полакомьтесь таким лекарством: голод отступит, а диета не будет нарушена, и вы сможете спокойно спать всю ночь.



Еще одно заболевание, связанное с различными сильными болезненными ощущениями, – почечное недомогание. Различают несколько видов почечных растройств: это и нефрит, и нефрит хронический, почечная недостаточность, воспаление мочевыводящих путей, мочекаменная болезнь. Все это тяжелые болезни, но куда денешься, если они существуют. Людям, страдающим этими недугами, рекомендуется придерживаться диеты с незначительным содержанием белка в предлагаемых блюдах. Приходится лечиться и, конечно же, в процессе лечения лучше опираться не на химические препараты (если только дело не зашло очень далеко), а использовать то, что предоставляет нам природа в виде своих даров.

Поскольку клубника является прекрасным мочегонным средством, то чай с добавлением этих ягод поможет облегчить страдания людей во время обострения вышеперечисленных болезней, а также предотвратить кризисы при хронических формах заболеваний.

Бывают случаи, когда людям рекомендуется сократить потребление в пищу поваренной соли, поскольку при некоторых болезнях (болезни сердца, почек, печени) она может привести к появлению гипертонического кризиса. Дело в том, что соль задерживает в организме воду, что и приводит к дополнительным гипертоническим осложнениям, образованию отеков. В этом случае предлагают следовать бессолевой диете, и, как вы сами понимаете, клубника и тут не растерялась.

Врачи советуют людям, склонным к гипертонии, употреблять ежедневно не менее 100 г клубники, причем это могут быть не только свежие ягоды, но и замороженные, а затем «отогретые» плоды.

Помимо выше приведенных примеров, клубника и получаемая из нее продукция может с успехом использоваться и при назначении других диет: например, при жидкой диете, когда фруктовые соки рекомендуются самым прямым образом, при соблюдении яично-молочной и растительной диеты или в том случае, когда человек вынужден употреблять для лечения сырую пищу. Клубника и здесь никак не будет лишней.



Мы уже достаточно поговорили с вами о разнообразных диетах, в которых используется клубника, что неудивительно: такая богатая на витамины и другие полезные вещества ягода просто не может остаться в стороне от большинства существующих в мире диет. Противопоказания для клубники немногочисленны. Одним из основных является нежелательное ее применение в питании детей, подверженным аллергическим заболеваниям.

Тут роковую роль играет цвет ягоды: все красные плоды не рекомендуются детям с повышенной аллергической реакцией. Но скольким же детям, часто – тем же самым, но подросткам и избавившимся от аллергических проявлений, клубника показана, нужна, полезна, порой просто необходима. И не только как сладкое, в виде варенья, хотя и так – тоже. Клубника нужна и взрослым, и пожилым людям в не меньшей степени, с этим никто не станет спорить.

Поскольку клубника относится к растениям, то и к ней вполне применимы мудрейшие слова из книги «О системе врачебной науке Тибета». Вот они: «Нет растения, которое не было бы лекарственным, и нет болезни, которую нельзя было бы вылечить растением». Это прекрасный постулат, который способен обнадежить даже умирающего.

Листья клубники полевой (отвлечемся от огородной культуры) являются прекрасной основой для приготовления витаминных чаев. Сахара в такой чай класть не надо совсем, это губит его вкус и мешает полноценному усвоению полезных веществ.

ЧАЙ «ВИТАМИННЫЙ»

Для приготовления витаминного чая из листьев полевой клубники залейте их кипятком, дайте настояться 10–15 минут, затем процедите. Пейте его вместо обычного чая и несколько не проиграете. Потребность в сладком быстро вытеснит потребность в полезном.

Вам потребуется:

листья полевой клубники – 1 ст. л.

кипяток – 1 ст.

Фруктовые и ягодные соки, как и сами ягоды, являются неиссякаемым источником самых необходимых и при этом легко усваиваемых элементов, потребность в которых испытывает каждая клеточка нашего тела.

Клубника и клубничный сок, помимо всего прочего, отлично очищают наш организм от неизбежно накапливающихся в нем вредных веществ. В клубнике содержится много солей

железа, которое необходимо для успешного процесса кроветворения. А вот его недостаток ведет к малокровию, и полному ослаблению иммунной системы.

Если каждое утро в течение лета выпивать по 1,5 ст. клубничного сока натошак, то вы сможете запастись витаминами на весь год, и такая проблема, как авитаминоз, в «безвитаминное» время года вас не коснется.

Еще немного о витамине «С», которым богата наша клубника. Он является одним из самых важных для человека. Его отсутствие приводит к ослаблению, истончению и хрупкости стенок мелких кровеносных сосудов – капилляров, понижению устойчивости к различным инфекционным болезням, быстрой утомляемости, легкой подверженности простудным заболеваниям.

Поэтому ешьте клубнику. Конечно, витамин «С» содержится не только в ней, но редкий продукт поглощается так легко и в таких количествах. Как правило, клубники много не бывает – так быстро и со вкусом мы ее съедаем. Это – полезное удовольствие, что является довольно редким сочетанием. Хотя и здесь нужно знать меру: мы уже говорили об аллергенных особенностях клубники.

Существует мнение, и с ним нельзя не считаться, что варка ягод и фруктов, даже простое разрезание на части ведет к потере или ослаблению содержащихся в них полезных свойств. Однако не настолько, чтобы варенье из клубники оказалось бесполезным при простуде. Клубничное варенье очень и очень полезно в этом случае, оно, как минимум, придаст сил ослабленному организму, заставит человека пропотеть, успокоиться и расслабиться, потом лечь в постель и заснуть. Клубничное варенье очень легко есть при простуде – оно буквально проскальзывает по больному горлу, не доставляя никаких неприятных ощущений при глотании.

Та же весенняя слабость, по-другому – авитаминоз, вызванная уменьшением в нашей пище количества витаминов и других полезных веществ и неизбежная в наших климатических условиях, легко устраняется стаканом клубничного варенья-«пятиминутки». Не обязательно пить сразу весь стакан, если вам это тяжело. Употребите его после еды как дополнение к вашему обычному чаепитию.

В любое время года, если вы хотите всегда оставаться здоровыми и бодрыми, ешьте клубничное варенье, пейте клубничный сок, кушайте сами свежие ягоды и блюда из них. Вот несколько рецептов – уже не диетических, а общепользовательных.

СУП «ГАММА»

Холодный витаминный суп из ягод клубники и земляники. Вскипятите воду вместе с сахаром и охладите ее. Ягоды очистите, промойте в проточной воде и процедите через сито. Теперь протрите их через то же сито, положите ягодную массу в остуженную жидкость, добавьте сметану и все перемешайте. К этому блюду можно приготовить сухарики.

Вам потребуется:

клубника – 3 ст.

земляника – 3 ст.

сахар – 1 ст.

сметана – 1 ст.

вода – 2,5 л.

Сухарики готовьте так: перетрите яичные желтки с сахаром, медленно вмешайте в них взбитые белки, добавьте муку и аккуратно все перемешайте. Полученную бисквитную массу выпекайте в духовке до готовности, затем нарежьте кубиками, посушите и подавайте к супу.

Для приготовления нужно:

яйца – 3 шт.

сахар – 2 ст. л.

мука – 3 ст. л.

СУП «ПАНАЦЕЯ»

Еще одно полезное блюдо в период авитаминоза: суп из фруктов и ягод. Сушеные сливы сварите в отдельной посуде, выньте и пока отложите. В оставшийся отвар положите крыжовник, поварите и опять выньте. Теперь закладывайте пряности и сахар и снова варите 10–15 минут. После этого процедите отвар, еще раз его вскипятите и влейте в него разведенный в холодной воде картофельный крахмал. Как только отвар закипит, снимите его с огня, положите отваренные сливы, крыжовник и свежие ягоды клубники. Дайте супу немного остыть и кушайте.

Вам потребуется:

клубника – 1 ст.

сушеная слива – 10 шт.

крыжовник – 1 ст.

сахар – 1 ст.

картофельный крахмал – 2 ч. л.

корица – 2 г

гвоздика – 4 шт.

апельсиновая корка – 1 шт.

вода – 1,5–2 л



ГЛАВА IV. СЕКРЕТЫ КРАСОТЫ ОТ ГОСПОЖИ КЛУБНИКИ



Ягоды любят, наверное, все. Вряд ли кто останется равнодушным и к сочной красной сладкой клубнике. Однако, делая из нее варенье или начинку для пирога, подумайте и о том, как потратить часть этих ягод с пользой лично для себя.

Не удивляйтесь: клубника – это превосходное косметическое средство, которое к тому же, нетрудно достать, особенно если у вас есть свой сад. Применяя ее в процессе ухода за кожей, вы получите превосходные результаты: кожа станет мягкой, нежной, ровной и упругой. Видите, как много эпитетов? И уверяем вас: каждый из них – вовсе не пустой звук.

Как косметическое средство, клубника и лесная земляника используются издавна. Например, у нас, на Руси, женщины смазывали лицо кашицей из ягод, а потом ополаскивали его молоком. Эта процедура регулярно выполнялась перед сном и придавала коже, мягкость, нежность и бархатистость.

Очень ценились клубника и земляника во Франции. Употребляли ее почти так же, как и на Руси, однако кашицу смывали не молоком, а розовой водой.

В чем же секрет такой популярности этой обычной ягоды? Здесь нет ничего удивительного. В ней содержится много витаминов, сахаров, эфирных масел, органических кислот. Во всем этом наш организм нуждается всегда.

Значит, не случайно натуральный сок клубники широко применяется в косметологии: сколько витаминных кремов и масок можно сделать на его основе! Давайте поговорим о том, как с помощью обычной клубники сохранить и даже усилить свою привлекательность.

Прежде всего, ягоды клубники можно использовать в приготовлении косметических масок.

Возможно, что роль масок в уходе за кожей вы еще недооцениваете. Совершенно напрасно. Вы считаете, что уход за кожей заключается только в макияже, умывании с мылом и в двух-трех небрежных мазках кремом? Если вы так думаете, то вам пора пересмотреть свои взгляды на то, что такое косметика и что такое уход за кожей.

Запомните: кожу надо очищать, питать и защищать от вредных внешних воздействий. В противном случае она не сможет выполнять даже самые основные свои функции. Как вы знаете, этими функциями являются дыхательная (через кожу происходит выделение

углекислого газа и поглощение кислорода) и питательная (кожа обладает способностью впитывать некоторые вещества, что широко используется в косметологии).



Преимущество косметических масок состоит в том, что многие из них способны и очищать, и питать, и защищать. Как видите, рецепты масок знать надо. И давайте договоримся, что вы не будете говорить себе, что маску трудно приготовить и что на это потребуется много времени. Вы наверняка, делаете маникюр, а он занимает у вас гораздо больше времени, чем приготовление и использование косметической маски. Так что уделите немного времени и уходу за кожей лица, вы не пожалеете.

А теперь мы поделимся с вами некоторыми рецептами косметических масок.

Одной из самых эффективных масок для кожи любого типа является следующая. Для ее приготовления возьмите 100 г клубники. Удалите чашелистики, ягоды тщательно вымойте и положите в стакан. С помощью вилки или миксера сделайте из ягод пюре. Добавьте остальные компоненты. Вам потребуется 3 ст. л. сливок и 1/2 ст. л. меда. Все тщательно размешайте.

Полученную смесь нанесите на кожу лица с помощью специальной кисточки. Через 20 минут маску смойте. Для этой цели подойдет обычная вода комнатной температуры. Можете использовать также теплую кипяченую воду или слабый раствор чая. А теперь подойдите к зеркалу, но не затем, чтобы обнаружить новые морщинки или шелушащиеся участки, а для того чтобы убедиться в обратном: ваша кожа стала ровной, гладкой и красивой. Думаем, что раз попробовав эту маску, вы не откажетесь от нее и в дальнейшем.

Ухаживая за кожей лица, не забывайте и о шее. Ведь если не ухаживать за ней, она очень быстро начнет «выдавать» все тайны вашего возраста, которые вам, несомненно, хотелось бы скрыть. Поэтому часть маски из клубники потратьте на то, чтобы увлажнить и

разгладить кожу шеи. Если вы будете неукоснительно выполнять это правило, то вам не придется беспокоиться по поводу складочек, морщинок или намечающегося двойного подбородка.

И еще одно замечание. Не держите маску дольше, чем это указано в рецепте. Дело в том, что передерживание маски на лице приводит к тому, что кровеносные сосуды и поры сильно расширяются, что портит весь эффект от нанесенной маски. Более того, многие маски при передерживании превращаются в тонкую пленку, а то и твердую корку. При ее удалении возникает неприятное ощущение усталости, кожа как бы «утомляется» из-за того, что долгое время находилась в стянутом состоянии. Вот почему так важно правильно соблюдать правила применения масок.

А теперь еще несколько рецептов масок с клубникой.

У вас сухая кожа, и вы недовольны ее видом? Вы подходите к зеркалу и видите, что цвет лица у вас бледный, а кожа местами шелушится и выглядит раздраженной? Пора бы вам, наконец, позаботиться о том, чтобы улучшить состояние своей кожи, раз уж вы не сделали этого раньше. Это вполне возможно, если учитывать, что изначально сухая кожа очень красива: она ровная, гладкая, матовая, с мелкими, почти не видимыми порами. Вам хотелось бы достичь таких результатов? Тогда примените косметическую маску. Клубника сделает ее особенно эффективной.

Разотрите яичный желток. Добавьте 1 ч. л. сока клубники, 1 ч. л. растительного масла и 1 ч. л. сметаны. Будет лучше, если сметану вы добавите в последнюю очередь. Все тщательно перемешайте. Для густоты можете также добавить ячменной муки или мелко раскрошенного черного хлеба.

Нанесите смесь на лицо и шею. Через 15–20 минут можете ее удалить с помощью специального шпателя. В заключение ополосните лицо слабым раствором чая. Эта маска обладает ярко выраженным витаминизирующим и тонизирующим действием.

Очень эффективна маска, которая состоит из размятых ягод клубники, сметаны, миндального масла и крахмала (все компоненты нужно брать в количестве 1 ч. л.). Нанесите маску на 15–20 минут, затем смойте слабым раствором чая. Эта маска прекрасно питает сухую кожу, тонизирует ее, делая более здоровой и эластичной.

Бывает так, что сухая кожа раздражается. У нее очень нездоровый вид: покрасневшие участки чередуются с шелушащимися. Кожа выглядит бледной и вялой. В таком случае вам поможет клубничная маска на творожной основе.

Приготовить ее совсем несложно. Возьмите 2 ч. л. жирного творога и разотрите их с 0,5–1 ч. л. сока клубники. Добавьте 1/2 яичного желтка и 1 ч. л. камфорного масла. Все тщательно размешайте.

Через 15 минут маску снимите с помощью шпателя, ополосните лицо настоем ромашки (или слабым раствором чая) и смажьте кожу жидким кремом типа «Увлажняющий» или «Любава».

А вот рецепт самой простой клубничной маски. Разотрите яичный желток, добавив в него 1 ч. л. сока клубники. Нанесите маску на лицо и поддержите ее в течение 10–15 минут. Смойте маску сначала теплой, а затем холодной водой, потом смажьте кожу вашим любимым питательным кремом.

Эта маска подходит для женщин с сухой кожей. Но хотим вас предупредить: тем, у кого слишком сухая и раздраженная кожа, от этой маски лучше воздержаться, так как желток образует на лице тонкую пленку, которая стягивает кожу. Ощущения могут быть очень неприятными, и на пользу коже это, конечно, не пойдет.

Проще маски, рецепт которой мы только что привели, может быть только еще одна. Утром, как только вы встанете с постели, даже не умываясь, попробуйте освежить кожу лица. Для этого возьмите 1–2 ягоды клубники, разрежьте каждую пополам и соком натрите лицо и шею. Через 15 минут смойте сок холодной водой. Подобную маску можно делать и из земляники, но она, как вам, конечно, известно, менее сочная, по сравнению с клубникой. Поэтому в этом случае лучше будет раздавить ягоды, а уже потом наложить их на лицо.



Такие маски подходят для питания и смягчения нормальной кожи. Кстати, не думайте, что если у вас нормальная кожа, за ней совсем не надо ухаживать. Это далеко не так. Без должного ухода нормальная кожа может стать сухой. Вряд ли вы этого хотите. Так не лучше ли будет должным образом ухаживать за ней, сохраняя ее красоту и здоровый вид?

Если вы предпочитаете накладывать густые маски, попробуйте смешать клубничный сок с толокном, пшеничной мукой или миндальными отрубями. Такие маски показаны, в основном, для сухой, вялой или нормальной, но предрасположенной к сухости кожи.

Клубника очень полезна и для жирной (блестящей, неровной, с черными точками) кожи. В этом случае косметологи советуют смешивать яичный белок с 1,5 ст. л. ягод клубники, размятых в пюре. Такую маску следует держать не более, чем 20 минут. Смыть ее можно или кипяченой, или подсоленной теплой водой.

Как резко понижается настроение у многих женщин, когда наступает весна! Казалось бы, надо только радоваться? Ничуть не бывало: для многих женщин это время года связывается с появлением веснушек. И напрасно убеждать вас, дорогие женщины, в том, что эти золотистые крапинки только украшают вас и подчеркивают вашу индивидуальность: вы все равно в это не поверите! Кожа должна быть ровной и матовой: веснушки ее только портят, как думают многие из вас. Ну что ж, тогда попытайтесь от них избавиться.

Предупреждаем вас: быстрых результатов не ждите. И еще: вы избавляетесь от веснушек не навсегда – на следующий год будут те же проблемы. Так что не думайте, что если вы примените предложенное нами косметическое средство 1–2 раза, веснушки сразу и навсегда исчезнут с вашего лица и из вашей жизни.

Если и это предостережение вас не останавливает, воспользуйтесь косметическими свойствами обычной клубники, ведь эта ягода издавна «зарекомендовала» себя как превосходное отбеливающее средство. А отбелить кожу – это то, что вам больше всего в вашей ситуации нужно. Просто почаще накладывайте на лицо маску из клубничной кашицы. Можете также использовать специальный отбеливающий крем «Земляничный», который можно без труда купить.

Таким же образом выводятся и пигментные пятна. Делайте маски из клубники: они оказывают благотворное действие на пигментированную кожу любого типа, прекрасно отбеливают, тонизируют и смягчают.

Кроме масок на основе клубники, для любой кожи лица подходит так называемая

«клубничная вода», которую легко можно приготовить в домашних условиях и которая омолаживает и тонизирует кожу. Для приготовления этого косметического средства возьмите приблизительно 100 г ягод, разомните их и залейте 1,5 ст. теплой кипяченой воды. Процедите и полученной водой ополаскивайте лицо после очистки.



Не в меньшей степени эффективен и отвар из листьев земляники. Для этого возьмите 2 ст. л. сухих измельченных листьев земляники, залейте 2 ст. кипятка и кипятите в течение 3 минут на слабом огне. Используйте так же, как и клубничную воду.

Как видите, клубника очень полезна для кожи лица и шеи. Однако это еще далеко не все. Например, вы чувствуете, что ваши глаза быстро устают и выглядят потускневшими. Представьте, клубника поможет вам и здесь. Достаточно будет взять одну ягоду клубники, разрезать ее пополам и приложить половинки к глазам. Подержите их в течение 10 минут. Самим вам в это время лучше прилечь и расслабиться. А теперь взгляните в свое отражение. Ваш взгляд стал более ясным и выразительным, глаза вновь обрели блеск, не правда ли?

Ухаживая за лицом, нужно помнить о том, что и ваше тело также нуждается в уходе. Конечно, специалисты-косметологи совершенно справедливо утверждают, что кожа лица и кожа тела требуют разных косметических средств и процедур. Это, разумеется, так. Например, многие из вас совершенно не переносят умывание с туалетным мылом. Но как часто вы моетесь с мылом! И кожа вашего тела прекрасно переносит эту процедуру. Однако клубнику вы смело можете использовать при уходе за кожей как лица, так и тела.

Начнем с области декольте. Согласитесь, что этот участок вашего тела требует особого и весьма тщательного ухода. Посудите сами: на улице лето, хочется быстрее начать носить открытые платья и сарафаны. Но если ваше декольте не назовешь красивым, придется вам, наверное, все лето носить платья с глухим воротом.

Впрочем, эта беда вполне поправима. Госпожа Клубника поможет вам и здесь. Возьмите 200 г спелых ягод, вымойте их и удалите чашелистики. Теперь разомните их вилкой. У вас должна получиться густая кашица. Заверните ее в марлю и смажьте ей кожу. Уже после первого же применения клубники вы заметите, что кожа стала более ровной и свежей.

Скорее всего, вы большая любительница позагорать. Мы угадали? Если да, то, наверное, будем правы, если скажем, что вам знакомо раздражение кожи после долгого пребывания на солнце. Спина и плечи, чересчур долго подставляемые вами под жаркие лучи, становятся красными и начинают болеть. Да, как видите, теплое солнышко может быть не

только другом, но и врагом...

К счастью, и в этом случае вам можно помочь. Подойдите к зеркалу и взгляните в него «со спины». Что видите? Раздраженную кожу? Не беда. Сделайте пюре из 100 г спелых и вымытых ягод и приложите его к раздраженной от солнца коже. Через 20 минут смойте теплой водой. Думаем, что вы останетесь довольны полученным результатом. И не затягивайте с этой процедурой: только почувствуете хотя бы малейший дискомфорт, сразу же срывайте клубнику!



Прекрасно поможет вам и мазь, сделанная из равного количества кашицы клубники и сметаны или сливок. Применять ее надо так же, как и в предыдущем случае. После того как вы смоете мазь, можете нанести на пораженную кожу тонкий слой сметаны. Это средство дополнительно смягчит вашу кожу, успокоит зуд и предотвратит шелушение.

Но все-таки помните, что загорать лучше в утренние или вечерние часы. В промежуток времени от 12 до 16 часов солнце палит особенно нещадно. Так что, позагорав в это время, вы, скорее, получите солнечные ожоги вместо ровного смуглого загара. А если вы перед этим еще и купались, а теперь решили позагорать «прямо на мокрую кожу», отрицательный эффект солнечных лучей только увеличится. Так что примите это к сведению. Оставшегося от указанного нами промежутка времени вполне хватит, чтобы загореть.

Не следует забывать и об уходе за бедрами. Летом вы прикладываете множество усилий, чтобы выглядеть как можно более привлекательными, ведь открытый купальник, в котором вы идете на пляж, способен не только подчеркнуть все достоинства вашей фигуры, но и показать всем окружающим неудовлетворительное состояние вашей кожи.

Примените простое, но эффективное средство. Вам нужно всего лишь нанести кашицу из клубники на кожу бедер и оставить примерно на 15 минут. Теперь смойте ее теплой водой. Вот и все. Казалось бы, средство очень (даже слишком) простое, но эффект превзойдет все ваши ожидания.

Возможно, что у вас мало свободного времени для того чтобы приготавливать косметические средства в домашних условиях. Но почему бы вам не воспользоваться целебными свойствами клубники, покупая готовую косметическую продукцию?

Клубничный и земляничный сок является основой для многих косметических средств: кремов, лосьонов, бальзамов. Расскажем о некоторых из них.

Крем «Клубничный» содержит натуральный клубничный сок, который оказывает благотворное воздействие на любой тип кожи, а также предохраняет ее от преждевременного увядания и возникновения морщин.

Крем «Земляничный», как мы уже упоминали, является превосходным отбеливающим средством для любого типа кожи. Так что, если по какой-либо причине свежая клубника вам недоступна, применяйте этот крем.

Широко используется сок клубники в изготовлении разнообразных тоников, которые

эффективно очищают и тонизируют кожу лица.

Сок клубники используется и при изготовлении мыла. Такое косметическое средство эффективно очищает кожу тела, не пересушивая ее, а запах клубники делает процедуру мытья особенно приятной. Кроме того, запах клубники прекрасно успокаивает нервную систему и предотвращает стрессы.



Все вы знаете, как важно предохранять от пересушивания и обветривания губы. Возможно, что вы не любите употреблять декоративную косметику, считая, что естественная красота самодостаточна. По-своему вы правы. Придерживаться такого мнения особенно рекомендуется молодым девушкам, которые чрезмерным употреблением косметики могут добиться только того, что испортят свою молодую кожу, сделают ее «проблемной», как это называется в косметологии.

Однако это не значит, что за красотой кожи не надо следить. Особенно важно это по отношению к губам, которые так чувствительны к воздействию холода и ветра. В летнее и весеннее время рекомендуем вам использовать специальные бальзамы, которые увлажняют губы, придавая им естественный блеск. Бальзам для губ, содержащий натуральный сок клубники, прекрасно увлажняет губы и предохраняет их от вредных внешних воздействий.

Натуральный сок клубники добавляется и в состав гигиенической помады. Натуральный жир, содержащийся в этом гигиеническом средстве, предохраняет губы от обветривания, а клубничный сок питает, увлажняет и тонизирует их.

С той же целью натуральный клубничный сок входит в состав и декоративной губной помады.

Используя различные косметические средства на основе клубники или с ее добавлением, не забывайте о том, что самое главное для здоровья кожи – правильное питание. Следите за тем, чтобы оно было сбалансированным. Ваш организм должен получать необходимое ему количество витаминов. Поэтому постарайтесь, чтобы такая вкусная и полезная ягода, как клубника, почаще украшала собой ваш стол. Не случайно говорят, что в доме, где регулярно едят клубнику, врачу делать абсолютно нечего. Добавим – и косметологу!

Как видите, обычная клубника может принести много пользы. Но теперь мы дадим вам информацию, которая, наверное, заставит вас насторожиться. Помните, что у некоторых людей клубника или земляника способна вызвать сильную **АЛЛЕРГИЧЕСКУЮ РЕАКЦИЮ**, которая чаще всего сопровождается сыпью, зудом и даже жжением.

Проверьте, не являются ли ягоды клубники или земляники для вас аллергеном. Если ваши опасения оправдались, то применение этих ягод как косметического средства надо немедленно прекратить.

Если вы использовали уже готовое покупное косметическое средство, в состав

которого входит сок клубники, немедленно прекратите им пользоваться.

В тех же случаях, когда аллергическая реакция уже возникла, а причину ее вы еще не установили, примите специальные меры: очистите лицо ваткой, смоченной в разведенной водой сметане, ополосните лицо теплой кипяченой водой, смочите в настое из ромашки марлю и наложите на лицо. Обратитесь к врачу – аллергологу или дерматологу.

Клубнику и землянику исключите и из своего меню: аллергическая реакция организма может быть вызвана и пищевыми аллергенами.

А если вы убедились, что все в порядке, смело используйте клубнику в приготовлении косметических средств, а также покупайте кремы, лосьоны и мыло, в состав которых входит натуральный сок этой ягоды. Это поможет вам всегда оставаться красивой и молодой. Вы будете вызывать восхищение у окружающих и с загадочной улыбкой выслушивать вопросы о том, в чем же заключается секрет вашей красоты. И, может быть, кто-то не будет и подозревать, что этот секрет носит простое название – КЛУБНИКА.



ГЛАВА V. ХРАНЕНИЕ КЛУБНИКИ



Клубника – одна из самых вкусных ягод, к сожалению, она не растет круглый год, но это не говорит о том, что мы не можем употреблять клубнику, допустим, зимой. Существует много способов хранения ягод: их можно замораживать, делать из них сок, варенье, компоты, джемы, повидло. Если вы внимательно прочитаете эту главу, вы, может быть, почерпнете для себя немало полезного.

ЗАМОРАЖИВАНИЕ КЛУБНИКИ

Замораживать клубнику можно в любых количествах, в зависимости от ваших возможностей и потребностей.

Сначала переберите клубнику, если вам встретится даже немного подпорченная ягода, уберите ее. Затем промойте клубнику, лучше всего промывать ее в эмалированном дуршлаке небольшими порциями. Делайте это осторожно, чтобы не повредить ягоду. Теперь расстелите на столе чистое сухое полотенце и высыпьте на него клубнику. Ягода должна лежать свободно, чтобы она быстрее высохла и не испортилась. Чистую сухую клубнику вместе с хвостиками расфасуйте по пакетам, из пакетов выпустите лишний воздух и завяжите их веревочками. Пакеты с ягодой поместите в морозильную камеру. Теперь у вас клубника будет целый год. Перед употреблением размораживайте клубнику небольшими порциями, чтобы использовать всю ягоду и не замораживать ее еще раз, так как при повторном замораживании клубника начинает терять свежий вкус и утрачивать полезные свойства.

Свежей размороженной клубникой можно украшать кондитерские изделия, делать желе, различные муссы и коктейли с добавлением клубники, добавлять ее в кремы, в мороженое, варить из нее компоты. А свежая размороженная клубника – в чистом виде или посыпанная сахаром, осенью, зимой или весной украсит любой праздничный стол и сделает его островком лета.

КЛУБНИЧНЫЙ СОК

Выжмите через соковыжималку клубничный сок. Процедите его и прокипятите с сахаром или сахарным сиропом (по вкусу) и закатайте в банки или бутылки.



СВЕЖАЯ КЛУБНИКА С САХАРОМ

Клубнику переберите, промойте проточной водой и отделите от нее хвостики. Обработанную ягоду поместите в приготовленную посуду. Лучше всего для этого подойдет эмалированный тазик, алюминиевая посуда не годится. Тазик нужно тщательно вымыть и обдать кипятком. Засыпьте клубнику сахаром. Сахар насыпайте не весь сверху, а постепенно, как бы слоями: слой ягоды, слой сахара и т. д., когда клубника даст сок и сахар совершенно растворится. Теперь приготовьте банки. Чистые банки поместите горлышком вниз над паром и выдержите так в течение 10–15 минут, поставьте банки на стол (на стол можно постелить полотенце, чтобы банки не скользили), разложите в них клубнику и закройте крышками.

Вам потребуется:

клубника – 1 кг

сахар – 1,3–1,5 кг (по вкусу)

ВАРЕНЬЯ

Существует два основных способа варки варенья.

ПЕРВЫЙ СПОСОБ. Ягоду переберите, промойте, освободите от хвостиков и немного подсушите. Приготовьте посуду, в которой вы будете варить варенье: тщательно вымойте, обдайте ее кипятком. Положите ягоду в тазик и засыпьте сахаром. Сахар насыпайте слоями. Когда клубника даст сок, поставьте посуду с ягодой на небольшой огонь и варите, помешивая. Во время варки варенья на его поверхности образуется пенка, ее надо снимать. Готовое варенье остудите. Банки, в которые вы будете закладывать варенье, необходимо также простерилизовать. В приготовленные банки разложите остуженное варенье и

закатайте.

На 1 кг клубники – в среднем 1 кг сахара, сахара можно класть чуть больше или чуть меньше (по вкусу).

ВТОРОЙ СПОСОБ. Из сахара и воды сварите сироп. В горячий сироп всыпьте перебранные промытые ягоды клубники без хвостиков. Сироп с ягодами снова поставьте на огонь. Варите, помешивая, образующуюся на поверхности варенья пенку снимайте. Готовое варенье остудите, разложите по банкам, предварительно простерилизовав их, и закатайте.

На 1 кг клубники вам потребуется – в среднем 1 кг сахара и 2 ст. воды.

К сожалению, клубника плодоносит непродолжительное время, но в зависимости от сорта одну клубнику собирают чуть раньше, другую чуть позже, встречаются также такие универсальные сорта, которые плодоносят все лето. Если сбор клубники совпадает со сбором других плодов, то вы можете фантазировать и комбинировать клубнику с ними.



ВАРЕНЬЕ КЛУБНИЧНОЕ С ВИШНЕЙ

Клубнику и вишню промойте, клубнику освободите от хвостиков, а вишню от косточек. Сложите ягоду вместе в приготовленную посуду и засыпьте сахаром. Когда ягода даст сок, поставьте ее на огонь и варите, помешивая, пенку снимайте. Когда варенье будет готово, остудите его, разложите в простерилизованные банки и закатайте.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

вишня (без косточек) – 0,5 кг

сахар – 1 кг

Варенье также можно варить с сиропом.

ВАРЕНЬЕ КЛУБНИЧНОЕ С МАЛИНОЙ

Обработанные ягоды клубники и малины засыпьте сахаром или опустите в горячий сахарный сироп и варите, помешивая, до готовности, пенку снимайте. Перед тем как разложить варенье по банкам и закрутить, остудите его. Банки обязательно простерилизуйте.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

малина – 0,5 кг

сахар – 1 кг

вода – 2 ст. (вода нужна в том случае, если вы варите варенье с сиропом)

ВАРЕНЬЕ КЛУБНИЧНОЕ С АБРИКОСАМИ

Клубнику и абрикосы промойте проточной водой. От клубники отделите хвостики, абрикосы разломите пополам и выньте из них косточки. В горячий сироп поместите сначала абрикосы, немного поварите, а затем всыпьте туда клубнику и варите вместе с клубникой. Образующуюся пенку необходимо снимать, а варенье все время помешивать. Остуженное варенье разложите по банкам и закрутите.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

абрикосы (без косточек) – 0,5 кг

сахар – 1 кг

вода – 2 ст. (для сиропа)

ВАРЕНЬЕ КЛУБНИЧНОЕ С ЗЕМЛЯНИКОЙ

Клубнику и землянику промойте и освободите от хвостиков. Затем засыпьте ягоду сахаром и подождите, пока она даст сок, или поместите в горячий сироп. Варите варенье до готовности, помешивая, пенку снимайте. Варенье остудите, разложите в простерилизованные банки и закатайте.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

земляника – 0,5 кг

сахар – 1 кг

вода – 2 ст. (для сиропа)

ВАРЕНЬЕ «АССОРТИ»

Переберите, промойте и обработайте ягоды клубники, земляники, малины, вишни и красной смородины. Засыпьте их сахаром или поместите в горячий сахарный сироп и варите, помешивая, до готовности, пенку снимите. Готовое варенье остудите, разложите по банкам и закатайте.

Вам потребуется:

клубника – 250 г

земляника – 250 г

малина – 250 г

вишня – 250 г

красная смородина – 250 г

сахар – 1,25 кг

вода – 2,5 ст. (для сиропа)

ВАРЕНЬЕ «ПЯТИМИНУТКА»

Клубнику промойте, освободите от хвостиков и засыпьте сахаром. Когда ягода даст сок, поставьте ее на огонь, доведите до кипения, проварите в течение 5 минут, снимите пенку. Варенье разложите по банкам и закатайте (такое варенье обязательно нужно закручивать металлическими крышками).

Вам потребуется:

клубника – 1 кг сахар – 600–700 г



ДЖЕМЫ

ДЖЕМ КЛУБНИЧНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ СОКОМ

Клубнику переберите, промойте, освободите от хвостиков и мелко нарежьте. Сварите сироп из сахара с яблочным соком, разбавленным водой, добавьте в него приготовленную клубнику и варите, помешивая, до готовности, образующуюся на поверхности джема пенку снимайте. Готовый джем залейте в приготовленные простерилизованные банки. Банки держите открытыми до тех пор, пока джем не застынет и не превратится в желеобразную массу. Затем закройте банки.

Вам потребуется:

клубника – 1 кг

сахар – 1–1,5 кг

яблочный сок – 0,5 ст.

вода – 0,5 ст.

ДЖЕМ КЛУБНИЧНЫЙ С СОКОМ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ

Сварите сироп из сахара и сока красной смородины, разведенного водой. В сироп поместите приготовленные мелко нарезанные ягоды клубники. Варите, помешивая, при

варке снимайте пенку. Когда джем будет готов, разлейте его по банкам, дайте ему застыть, после этого закройте банки.

Вам потребуется:

клубника – 1 кг

сахар – 1–1,5 кг

сок красной смородины – 0,5 ст.

вода – 0,5 ст.

ДЖЕМ КЛУБНИЧНО-ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ С СОКОМ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ

Клубнику и землянику промойте, отделите от них хвостики, ягоду мелко нарежьте. Из сока красной смородины с водой и сахара сварите сироп. В сироп положите нарезанные ягоды и варите, помешивая, до готовности, пенку снимайте. Джем налейте в банки, подождите, пока он застынет, и закройте банки.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

земляника – 0,5 кг

сахар – 1–1,5 кг

сок красной смородины – 0,5 ст.

вода – 0,5 ст.

ДЖЕМ КЛУБНИЧНО-ЛИМОННЫЙ С СОКОМ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ

Обработанную клубнику мелко нарежьте. Лимон нарежьте кружочками, освободите от косточек и прокрутите через мясорубку вместе с сахаром. Из сахара с соком красной смородины и водой сварите сироп, поместите туда нарезанную клубнику и лимонную массу и варите, помешивая, до готовности, образующуюся на поверхности джема пенку снимайте. Готовый джем разлейте по банкам, дайте ему застыть, затем закройте банки.

Вам потребуется:

клубника – 1 кг

лимон – 1 шт.

сахар – 0,5 ст.

сахар – 1–1,5 ст. (для сиропа)

сок красной смородины – 0,5 ст.

вода – 0,5 ст.

ДЖЕМ «НАРЦИСС»

Переберите, промойте и обработайте ягоды клубники, малины и черной смородины, после этого мелко нарежьте. Сварите сироп из сахара с соком черной смородины и водой. В сироп насыпьте измельченные ягоды и, помешивая, варите джем до готовности, пенку снимайте. Джем разлейте в банки и подождите, пока он застынет, после этого банки можно закрывать.

Вам потребуется:

клубника – 330 г

малина – 330 г

черная смородина – 330 г

сахар – 1–1,5 кг

сок черной смородины – 0,5 ст.

вода – 0,5 ст.



ПОВИДЛО

ПОВИДЛО КЛУБНИЧНО-ЯБЛОЧНОЕ

Клубнику промойте, освободите от хвостиков и протрите через сито. Яблоки очистите от кожуры и натрите на терку. Смешайте полученную клубничную и яблочную массу в посуде, в которой вы будете варить повидло, засыпьте сахаром, еще раз перемешайте и поставьте на огонь. Варите повидло, помешивая, до готовности. Горячее повидло разлейте в заранее простерилизованные банки, подождите, пока повидло застынет, после чего закройте банки.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

яблоки – 0,5 кг

сахар – 1 кг

ПОВИДЛО КЛУБНИЧНО-АБРИКОСОВОЕ

Клубнику обработайте и протрите через сито. Абрикосы залейте водой, поставьте на огонь, доведите до кипения, после чего выньте, остудите, освободите от косточек, снимите с них кожицу, мякоть протрите через сито. Смешайте клубничную и абрикосовую массу, добавьте туда сахар, поставьте на огонь и варите, помешивая, до готовности. Готовое повидло разлейте по банкам, после того как оно застынет, можете закрывать банки.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

абрикосы – 0,5 кг (без косточек)

сахар – 1 кг

ПОВИДЛО КЛУБНИЧНО-ЗЕМЛЯНИЧНОЕ

Промойте ягоды клубники и земляники, освободите их от хвостиков и протрите через сито. Полученную массу засыпьте сахаром и варите до готовности, помешивая. Повидло разлейте в банки. Банки держите открытыми до тех пор, пока повидло не застынет.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

земляника – 0,5 кг сахар – 1 кг

ПОВИДЛО «СОЛНЫШКО»

Обработанную клубнику протрите через сито. Красную смородину обработайте и прокрутите через мясорубку. Малину протрите через сито. Все перемешайте, добавьте туда сахар, еще раз все перемешайте и поставьте на огонь. Варите повидло, помешивая, до готовности. Затем разлейте его по банкам, когда повидло застынет, закройте банки.

Вам потребуется:

клубника – 330 г

красная смородина – 330 г

малина – 330 г

сахар – 1 кг



КОМПОТЫ

КОМПОТ КЛУБНИЧНЫЙ

Заранее простерилизуйте банки. Клубнику промойте, освободите от хвостиков и поместите в банки. Сварите сироп из сахара и воды и залейте им ягоды. Банки с ягодами и сиропом поместите в кастрюлю с кипящей водой и простерилизуйте. После этого банки можно закатывать.

Вам потребуется:

клубника – 1 кг

сахар – 750–800 г

вода – 3 л

Изменив пропорции, вы можете получить более концентрированный или менее концентрированный компот.

КОМПОТ КЛУБНИЧНО-ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ

Ягоды клубники и земляники промойте и обработайте. Положите их в простерилизованные банки и залейте горячим сахарным сиропом. Банки с содержимым поставьте в кипящую воду и простерилизуйте. После этого банки с компотом закатайте.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

земляника – 0,5 кг

сахар – 750–800 г

вода – 3 л

КОМПОТ КЛУБНИЧНО-СМОРОДИНОВЫЙ

От мытой клубники отделите хвостики. Красную смородину промойте. Смородину, не отделяя ее от веточек, и клубнику положите в приготовленные банки и залейте сиропом. После этого простерилизуйте банки в кипящей воде и закатайте их.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

красная смородина – 0,5 кг

сахар – 750–800 г

вода – 3 л

КОМПОТ КЛУБНИЧНО-МАЛИНОВЫЙ

Промойте и обработайте ягоды клубники и малины и положите их вместе в простерилизованные банки. Сварите сахарный сироп и залейте им ягоды. Банки поставьте в кастрюлю с кипящей водой и простерилизуйте. Затем закатайте банки.

Вам потребуется:

клубника – 0,5 кг

малина – 0,5 кг

сахар – 750–800 г

КОМПОТ «ДАЧНИК»

Обработанную клубнику, красной смородину (вместе с веточками) и вишню (с косточками) положите вместе в приготовленные банки и залейте сиропом. После этого простерилизуйте банки в кипящей воде и закатайте.

Вам потребуется:

клубника – 330 г

красная смородина – 330 г

вишня – 330 г

сахар – 750–800 г

вода – 3 л

ЦУКАТЫ

Для того чтобы приготовить цукаты из клубники, промойте ягоду проточной водой, освободите от хвостиков, положите в приготовленную посуду. Сварите сироп из сахара с водой. Ягоды залейте сиропом, поставьте на огонь и доведите до кипения. Когда масса закипит, снимите ее с огня и оставьте на 12 часов. После этого выложите ягоды на специальную решетку или в дуршлаг и дайте сиропу стечь. Затем застелите противень

чистой бумагой (газету использовать для этого нельзя, так как на ягоду может попасть типографская краска) и свободно разложите на нем ягоды. Теперь подсушите клубнику в духовке при минимальной температуре. Приготовленные ягоды обсыпьте сахаром.

Вам потребуется:

клубника – 1 кг

сахар – 350 г

вода – 0,5 л

СМОКВА

Клубнику переберите, промойте и отделите от нее хвостики. Протрите ягоду через сито и смешайте с сахаром. Полученную массу поставьте на огонь и варите до тех пор, пока она совершенно не загустеет. Разложите массу тонким слоем на несколько противней, застланных бумагой, поместите в духовку и выдержите при минимальной температуре в течение 12–16 часов. Готовую смокву нарежьте кусочками и обсыпьте сахаром.

Вам потребуется:

клубника – 1 кг

сахар – 1–1,3 кг.

Мы надеемся, что приведенные выше способы и рецепты, помогут вам хранить и употреблять клубнику круглый год и получать вместе с ней витамины, так необходимые для вашего организма.



ГЛАВА VI. ТОЛЬКО ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ



Клубника, как и множество других даров природы, может быть не только безобидным сладким кушаньем в свежем виде или – как варенье. Она используется и при изготовлении спиртных изделий, в частности – ликера. Клубничный ликер – восхитительный напиток, который нисколько не обедняет вкусовые свойства самой клубники. Напротив, используя их, он и становится таким вкусным, да еще и полезным, так как многие витамины, содержащиеся в ягодах, переходят в ликер.

А почему, интересно нам, именно клубничный ликер? Что уж в нем такого особенного, по сравнению с тем же малиновым или персиковым, вишневым, наконец? Надо прояснить этот вопрос. Это принципиально. Нет ничего вкуснее свежих ягод клубники, посыпанных сахаром. Это – во-первых. Во-вторых, мы ведем речь о ликере из клубники, подразумевая и понимая (это – в-третьих), что ликер готовится на сахарной основе.

Нам удалось построить неопровержимую цепочку доказательств, которая убедит самого большого скептика в первенстве клубники и особенно – клубничного ликера. Кроме того, мы просто убеждены, что Карлсон, хоть и не был замечен в употреблении спиртных напитков, больше всего любил варенье все из той же клубники.

Давайте подойдем к вопросу с практической стороны, посмотрим – каков он, ликер клубничный, как его готовят.

Первым делом мы обязаны дать вам полную и краткую характеристику ликера как продукта питания. Ликером является алкогольное изделие, сладкое и крепкое (содержание спирта – до 45 объемных процентов). Готовится он из насыщенных спиртом ягодных и фруктовых соков, а также из настоев различных душистых трав с добавлением пряностей, кореньев и т. д.

Многие сладкие ликеры готовятся с использованием сока и аромата клубники. К ним относится, например, клубничный шнапс – сладкий ликер с ароматом клубники и сравнительно небольшим содержанием алкоголя. Или клубничный ликер на основе бренди. Также такой напиток, как пунш, – его делают из нескольких крепких спиртных изделий или вин с добавлением фруктовых соков – тоже может быть клубничным при соблюдении нужных пропорций.

Некоторые изобретательные иностранцы, да и у нас тоже появились свои умельцы, научились делать клубничный порошок, который является одним из основных компонентов

для приготовления спиртных напитков.

КЛУБНИЧНЫЙ ЛИКЕР

Итак, рецепт приготовления клубничного ликера. Очищенные ягоды клубники помещаете в банку, заливаете спиртом, банку сразу же плотно закрываете, так, чтобы не открылась. В течение недели банка с клубникой и спиртом стоит, а вы ее ежедневно встряхиваете для равномерного протекания процесса. Через неделю вы сливаете образовавшийся настой через воронку, в углубление которой помещена ватка в качестве фильтра.

Сливайте этот настой осторожно, ни в коем случае теперь банку не встряхивая и не бултыхая. Оставшиеся в банке ягоды посыпаете сахаром, хорошо смешиваете оба компонента способом все того же перетряхивания банки. Банку с клубникой и сахаром плотно закройте и поставьте ее в теплое затененное место на 15–20 дней. При этом банку опять-таки ежедневно встряхивайте, размешивая ее содержимое до тех пор, пока сахар не растворится, образовав сироп.

Первый спиртовой настой вы, разумеется, сохранили. Именно в него вы и вольете полученный клубничный сироп, пользуясь воронкой. Взяв половину необходимого количества воды, подогрейте ее и влейте в банку с все той же клубникой, банку при этом встряхивая. Теперь добавляете получившуюся новую жидкость к ранее объединенным настоям, вливая ее через воронку с ваткой внутри. Повторяйте эту операцию, используя оставшуюся воду. Теперь осталось одно – выдержать.

Выдерживать нужно 2–3 недели для того чтобы ликер осветлился и приобрел наилучшее качество. По прошествии нужного времени сливайте напиток в приготовленную для него заранее подходящую посуду, непременно используя при этом воронку с фильтром. Ваш ликер готов. Можете налить его в хрустальный графин с хрустальной же пробкой и поставить его в холодильник, а еще лучше в бар.

Вам потребуется:

клубника спелая – 750 г

спирт питьевой – 750 г

сахар – 750 г

вода – 250 г

Как видите, все просто. Надо только иметь качественные компоненты и соблюдать рецептуру приготовления.

Захотите – сможете приготовить из клубники не только ликер. Просто диву даешься, когда призадуматься, сколько же вкусных и пикантных блюд и напитков можно приготовить из этой замечательной ягоды. Давайте удивляться вместе.

Есть такое слово – коктейль. Им обозначается самый распространенный тип смешанных напитков, в первую очередь – спиртных. Коктейль классический содержит в себе не менее 50 % алкоголя, остальную часть составляют разнообразные наполнители.

КОКТЕЙЛЬ «КЛАССИКА»

Прекрасный клубничный коктейль вы сможете приготовить, влив в клубничный ликер водку, добавив лед и перемешав компоненты; затем положите в коктейль на выбор: лимонную корку, мускатный орех, гвоздику, корицу. Пить его следует сразу по приготовлении.

КОКТЕЙЛЬ «НАВАЖДЕНИЕ»

Из клубничного ликера можно приготовить своеобразный и вкусный коктейль следующим образом. Вы берете порошок какао, кладете в него сахар, смешиваете,

постепенно добавляя кипяченую воду, до тех пор, пока не образуется жидкая однородная масса. На одну часть какао-порошка берется две части сахара и необходимое количество воды. В приготовленную посуду вливаете клубничный ликер, жидкий какао-крем, водку и все в приведенной последовательности. Бокал для коктейля предварительно охладите и, налив напиток, пейте.

Вам потребуется:

клубничный ликер – 30 мл

жидкий какао-крем – 30 мл

водка – 15 мл

Водка, разумеется, должна быть качественной. Можно использовать как наполнитель для коктейля кофе и взбитые сливки по вкусу.



КОКТЕЙЛЬ «ДИВА»

Но вовсе не обязательно готовить клубничный коктейль из клубничного ликера, вполне можно обойтись соком из свежих ягод клубники. Клубничный сок смешиваете с сахаром, водкой и сливками и ставите на полчаса в холодильник.

Вам потребуется:

клубничный сок – 50 г

водка (желательно «Абсолют») – 30 г

сахар – 1 ч. л.

взбитые сливки – 20 г

КОКТЕЙЛЬ «ГРАФИНЯ ШИК»

Еще один рецепт приготовления клубничного коктейля с использованием сока и самих ягод. Очищенные ягоды клубники засыпьте сахарным песком или сахарной пудрой. Мягко потолките деревянной ложкой, влейте водку, шампанское, немного помешайте; затем коктейль процедите, наливая его прямо в приготовленный для него охлажденный бокал. На чистую соломинку или тонкую деревянную шпажку насадите большую сочную ягоду клубники и поместите ее в коктейль не вертикально, а под небольшим углом, чтобы ягода и

часть соломинки возвышались над напитком.

Вам потребуется:

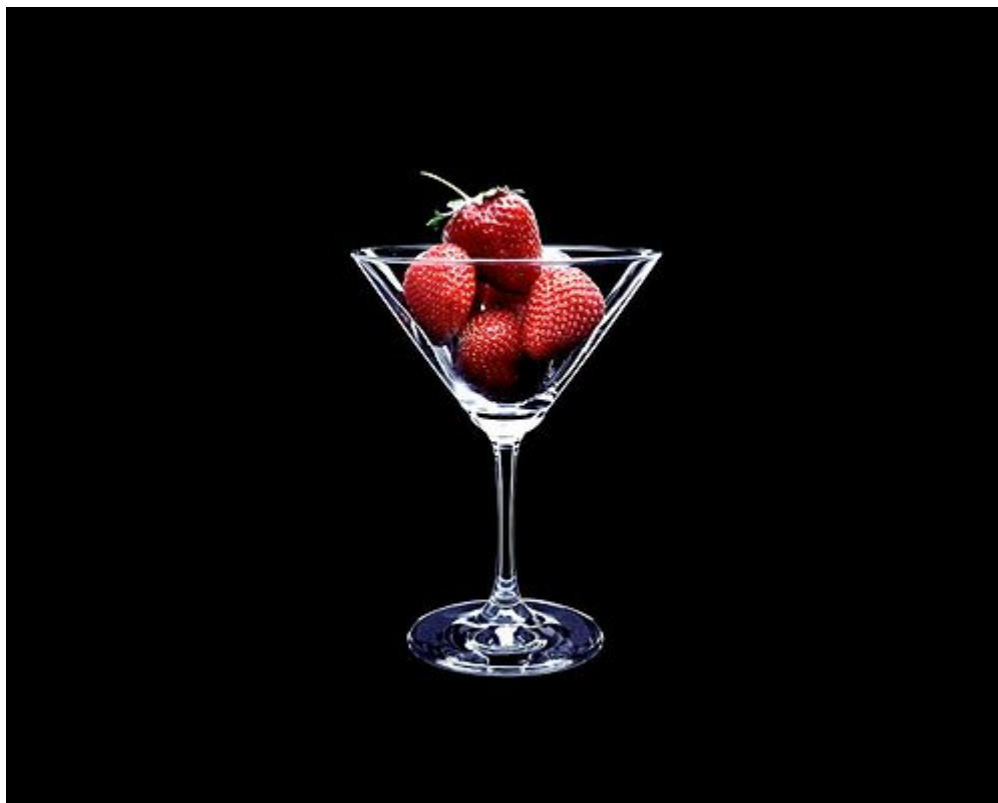
Спелые ягоды клубники – 5–7 шт.

сахар – 3 ч. л.

шампанское – 15 г

водка – 20 г

Пейте этот коктейль не спеша, можете использовать в качестве украшения и фруктовой добавки кружок лимона, закрепленный на кромке бокала. Для этого сделайте на кружке надрез от края до центра, этим-то надрезом и наденьте лимон на бокал. В составе этого коктейля совсем не лишними будут кубики льда – добавьте их в бокал.



КЛУБНИЧНЫЙ САМОГОН

Не является невозможным и приготовление из клубники, а точнее – клубничного сиропа – такого знаменитого напитка, как самогон. Делается это только при полном соблюдении технологии приготовления самогона. Так вот, чтобы сделать клубничный самогон, понадобятся всего три продуктовых компонента: теплая вода в количестве 30 л, 6 л клубничного сиропа и 200 г разведенных дрожжей.

Мы не даем здесь рецепт приготовления самогона, поскольку дело это серьезное, ответственное, а главное – требующее необходимой аппаратуры, которая, в свою очередь, требует специального описания, что не укладывается в рамки данной книги. Просто знайте, что есть на свете клубничный самогон.

ВИННЫЙ СУП «ШАНСОН»

Но не надо думать, что клубника исчерпала свои опьяняющие, пленительные возможности в ликерах и коктейлях. Совсем нет. Сейчас вы в этом убедитесь, прочитав рецепт приготовления винного супа. Промойте рис, ошпарьте его и положите в кипящую воду вместе со сливочным маслом. Варите 1 час. Тем временем налейте в другую посуду воду, добавьте пряности и прокипятите все в течение 5 минут. Затем пряную кипяченую

воду процедите, добавьте клубничный сок, отварной рис, изюм, сахар и влейте вино. Теперь все подогрейте.

Вам потребуется:

рис – 1/2 ст.

сливочное масло – 1 ст. л.

сахар – 1 ст.

вода – 2 л

гвоздика – 4 шт.

корица – 2 г

красное вино – 2 ст.

клубничный сок – 1 ст.

изюм – 1/2 ст.

КИСЕЛЬ «НА УДАЧУ»

Клубника отлично подойдет и для приготовления красного киселя из вина. Для этого разведите вино горячей водой и положите в него сахар. Теперь жидкость вскипятите. Положите в нее ягоды клубники, затем в отдельной посуде растворите крахмал, размешав его в воде до получения однородной массы. Влейте раствор в кастрюлю с жидкостью и подогревайте в течение 5 минут. Если хотите, то можете подкислить кисель лимонной кислотой или соком лимона.

Вам потребуется:

ягоды клубники – 1 ст.

красное вино – 1 ст.

вода – 4 ст.

сахар – 1/2 ст.

крахмал – 3 ст. л.

лимонная кислота – по вкусу

Чтобы окончательно завоевать ваше расположение по отношению к клубнике, окончательно убедить вас в ее универсальных десертных способностях, предложим вам рецептуру удивительного и вкуснейшего блюда только для взрослых, называющегося «Яблоки в вине».

«ЯБЛОКИ В ВИНЕ»

Выберите непорченные яблоки, очистите их от кожицы и аккуратно удалите сердцевину, не разрезая плод на части. Добавьте в воду сахар и пряности и немного покипятите, затем опустите туда же яблоки и чуть-чуть поварите – важно, чтобы яблоки не разварились и не развалились. Варите несколько минут.

Приготовленные яблоки поместите в стеклянную вазу и наполните углубления в каждом из них клубничным вареньем – своеобразной начинкой. Отвару из-под яблок дайте опять закипеть, поварите еще полчаса, положив в него нарезанный миндаль, изюм, апельсиновую цедру и налив вино. После того как отвар будет готов и достаточно остынет, залейте им яблоки.

Вам потребуется:

яблоки – 6 шт.

вино -1/2 ст.

клубничное варенье – 1/4 ст.

сахар – 1/2 ст.

арак – 10 капель

изюм – 3 ст. л.

цедра 1 апельсина

сладкий миндаль – 50 г

корица – 2 г

Ну что ж, как говорится, выпьем. Выпьем за здоровье и за Ее Величество Госпожу Клубнику.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Как видно из прочитанной вами книги, клубника – это действительно уникальное в своем роде растение.

Содержащиеся в ее составе витамины никак не влияют отрицательно на состояние здоровья человеческого организма, а наоборот – помогают восстановить утраченные силы и предупредить множество различных болезней.

Природа очень щедра своими подарками, и человек, безусловно, должен платить ей тем же: охраняя и оберегая окружающий его мир, он может принести себе гораздо больше пользы, чем выжимая из него последние природные соки.

Заготавливая из ягод клубники всевозможные лакомства на зиму, можно значительно сэкономить свой бюджет и подарить настоящую радость своему дому в новогоднюю ночь – разве это не здорово?!

А как приятно смотреть, когда маленькие дети, суется и толкаясь на приусадебном участке, собирают спелые красные ягоды, наперебой споря друг с другом, что у каждого больше ягод, чем у всех остальных! Таким образом, сочетая полезное с приятным, дети никогда не будут расти ленивыми и жадными: физический труд на воздухе облагораживает детский организм, а садовая земля, принимая положительные энергетические сигналы от детей, становится плодородней.

Вообще, все, что выращено собственными руками, – всегда сытно и вкусно, а добавленные ко всему любовь и нежность во много раз большим количеством природного

тепла и доброты возвращаются к трудолюбивому человеку. И это обязательно надо учесть!

Клубника – это плод удовольствия, который, к сожалению, быстро кончается. Поэтому ее лучше всего использовать не только как лакомство: если вы считаете, что у вас плохая кожа лица – постоянно шелушится, и появляется чувство сухости, отложите несколько ягод для косметической маски; если вам часто зимой не хватает витаминов, содержащихся именно в клубнике, заморозьте ее свежие ягоды в морозильнике и оставьте их там до «лучших» времен; сок из клубничных плодов тоже весьма полезен, а оставшуюся мякоть можно будет использовать при самогоноварении; также клубнику при употреблении в пищу можно сочетать с мороженым – и вкусно, и красиво.

Но для того, чтобы клубники хватило «на все», за ней, равно как и за любым другим культурным растением, необходимо тщательно ухаживать. Как говорится, что потопашь, то и полопашь!

Надеемся, что наши советы очень помогут начинающим садоводам в становлении своего ягодного хозяйства, а для молодых кулинаров, старающихся потрясти своим искусством все свое окружение, содержащаяся в этой книге информация не будет лишней.



Convert to PDF: Robur

конец