

■ Беларусікі

# СОНЕЙКА НА СЕНАКОСЕ

«На фота наш маленькі касец Іван, — піша мама гэтага сонечнага хлопчыка Кацярына Шыкула. — Тры гады запар, з самага нараджэння, ён падтрымлівае свайго татулю на спаборніцтвах па ручным сенакашэнні нізінных балот «Спораўскія сенакосы». Мой муж — сапраўдны майстар сенакоснай справы. І штогод на спаборніцтвах ён гэта пацвярджае. Хлопчыку вельмі хочацца быць падобным да свайго таты і навучыцца валодаць такім старажытным сялянскім інструментам. Пакуль ён толькі вучыцца трымаць касу, але ў хуткім часе, мы спадзяёмся, Ваня абавязкова стане сапраўдным памочнікам на сенакосе».



Шаноўныя мамы і таты, бабулі і дзядулі! Шчыра запрашаем вас прыняць удзел у конкурсе «Беларусікі». Дасылайце здымкі вашых дзетак, унукаў, а можа, нават і праўнукаў (з невялічкім аповедам) на адрас «Звязды». Але адна ўмова — каб, зірнуўшы на фота, адразу ж можна было зразумець, што гэта беларусік. Арыгінальнасць і творчы падыход вітаюцца! Аднаго з герояў, якога мы ўбачым на здымках, чакае прыз!



# ЛІМОН ДАПАМОЖА КРУГОМ

Гэты кіслы фрукт вядомы высокай колькасцю вітаміну С, а таксама бактэрыцыднымі і антысептычнымі ўласцівасцямі. Лімон сапраўды настолькі карысны, што выкарыстоўваецца не толькі ў лячэбных мэтах, але і ў побыце, кулінарыі, касметалогіі. Прапаную нескладаныя спосабы яго прымянення.

1. Кожная гаспадыня ведае, як нялёгка адмываць мікрахвалёвую печ. Для палягчэння працэсу пастаўце ў яе глыбокую міску з вадою і долькамі лімона, уключыце максімальны рэжым на пяць хвілін. Плямы адыдуць лягчэй, а непрыемны пах знікне.

2. Напэўна, усе ведаюць, што можна ачысціць чайнік з дапамогай воцату, але пасля яго застаецца непрыемны пах, да таго ж гэта небяспечна. Лімон таксама дапаможа пазбавіць чайнік ад накіпу, а кафейнік ад налёту. Наліце ў чайнік вады, засыпце цэдру (папярэдне здрабніце) і давядзіце да кіпення. Пакіньце на адну гадзіну і вымойце. Пры моцных забруджваннях працэдуру паўтарыце. Для чысткі кафейніка насыпце ў яго акрамя лімоннай цэдры лёд і соль. Зачыніце вечкам і энергічна патрасіце.

3. Мне падабаецца лімонны водар у доме, да таго ж ён робіць паветра свежым і вільготным, што асабліва важна ў зімовы час. Каб напоўніць дом прыемным пахам, пастаўце каструлю з вадою і цэдрай лімона на слабы агонь і дайце трохі пакіпець. Толькі не рабіце гэта перад сном, бо эфірныя алеі могуць моцна ўзбадзіць і не дадуць заснуць.

4. Цікавая вынаходка — самастойна зроблены асвятляльнік для шафы. Устаўце ў цэлы лімон некалькі гваздзік і падвесьце. Паступова фрукт высахне і пакіне свежы водар.

5. Калі ў мяне застаецца долька лімона, я праціраю ёю, абмакнуўшы ў соду, днушку, каб пазбегнуць размнажэння мікробаў і непрыемнага паху. А лупінамі можна «асвяжыць» смеццевае вядро.

6. Лімон замяніць плямавыводнік і адбельвальнік. Пры моцных забруджваннях белай бялізны, змяшайце яго сок з содай у прапорцыі 50/50 і нанясіце на пляму. Памыйце як заўсёды.

Каб пазбавіцца ад плям ад «зялёнакі», змяшайце лімонны сок і спірт у роўных долях, намачыце ватны дыск, пратрыце і запэцканія месцы, і рукі.

Многія любяць насіць белы абутак, але, на жаль, першапачатковая белізна хутка знікае. Вярнуць яе можна з дапамогай пасты з пральнага парашку, лімоннага соку і воцату. Усё ў роўных

3. Перац з лімонным экстрактам — выдатная прыправа.

4. З лупіны можна зрабіць цукаты. Для гэтага 300 мл вады і шклянку цукру давядзіце да кіпення, паварыце ў сіропе дольки лімона 20 хвілін і дайце пастаяць паўгадзіны. Выкладзіце на папяровую сурвэтку, пасыпце цукрам, пакіньце высыхаць.



частках. Пратрыце пажоўклыя ўчасткі. Са складанымі забруджваннямі справіцца сумесь зубной пасты і пары кропель лімоннага соку.

7. Пасля чысткі агародніны (асабліва свежай бульбы) або збірання ягад скура рук афарбоўваецца, а пазногці губляюць белізну. Каб ачысціць, пратрыце іх мякаццю лімона. Таксама гэта дапаможа пазбавіцца ад паху рыбы, цыбулі, часнаку.

## У кулінарыі

1. Калі ведаецца загадзя, што цэдра лімона вам не спатрэбіцца пры гатаванні стравы, каб не выкідаць, счысціце яе з дапамогай таркі і замарозьце (каб яна не ўзялася адным кавалкам, перыядычна патрэсвайце кантэйнер да поўнага замарзання). Можна і высушыць, расклаўшы тонкім пластом на ручнік. Такую цэдру (гэтак жа, як і свежую) я дадаю ў цеста хатняга печыва, кексаў, пірагоў. А здробнены да стану мукі парашок замяніць лімонны экстракт.

2. Узбіць яечныя бялкі да густой пены будзе прасцей, калі дадаць да іх пару кропель лімоннага соку.

5. Калі варыце рыс, дадайце 1 ч. л. лімоннага соку. Крупы стануць рассыпістымі і пышнымі.

6. Побач з лімонам іншая садавіна будзе доўга захоўвацца свежай. А салату, якая пачала вянуць, можна асвятліць. Пакладзіце яе на гадзіну ў міску з халоднай вадою і дадайце крыху лімоннага соку.

## У касметалогіі

1. З дапамогай лімона можна пазбавіцца ад пігментных плям. На патрэбным месцы пакіньце лупіну фрукта на гадзіну.

2. Цэдрай праціраюць твар замест тоніка.

3. Для змякчэння скуры на локцях, каленях і пятках пратрыце іх паловай лімона, прысыпанай содай. Затым прамойце і змажце крэмам.

4. Зусім не цяжка зрабіць амальдзальны скраб для цела. Паўшклянкі цукру, лімонную цэдру і аліўкавы алей змяшайце і нанясіце на чыстую вільготную скуру.

Яна Л., г. Мінск.



## ХАТНЯЯ ЭНЦЫКЛАПЕДЫЯ



### СВЯТА НА ПАРОЗЕ

#### Велікодная салата

**Спатрэбіцца:** крабавыя палачкі — 200 г, цыбуля зялёная — 1 пучок, яблык зялёны — 1 шт., яйка курынае варанае — 5 шт., масла — 30 г, сырок плаўлены — 1 шт., маянэз — 200 мл, соль. Для ўпрыгожвання: яйкі перапёлчыны вараныя — 6 шт., пятрушка — 1 пучок, радыска — 10 шт., салата — 1 пучок, арэхі грэцкія (здробненыя) — 50 г, бурак, капуста чырвонакачанная.

Масла і сырок кладзём у маразілку.

Яйкі можна пафарбаваць у соку буракоў і соку чырвонакачаннай капусты. Прапусціць бурак праз мясарубку, дадаць 50 мл вады, працадзіць і адціснуць праз сіта вадкасць. Таксама робім і з капустай. Перапёлчыны яйкі рэжам напалам, выдаляем жаўток і фарбуем бялок у соку на працягу 10 хвілін. Прамываем фарбаваныя бялкі ў вадзе.

Яйкі курыныя рэжам напалам, выдаляем жаўток. Здрабняем цыбулю. Крабавыя палачкі наразаем пласцінкамі на касяк.

На блюда надзіраем бялок на тарцы (крыху адкладзі для ўпрыгожвання на шапку пасхі), выкладаем у форме яйка. Трохі прысольваем. Па краях выкладаем лісцікі салаты. Пасыпаем зялёнай цыбуляй.

З маразілкі дастаем сырок і надзіраем на тарцы на салату, захоўваючы форму яйка.

Таксама надзіраем замарожанае масла, раўнамерным пластом, робім сетачку з маянэзу. Выкладаем пласт крабавых палачак, зноў сетачку з маянэзу. Ачышчаны ад лупіны яблык надзіраем на тарцы і раўнамерна размеркоўваем па салаце. Змазваем маянэзам.



Па цэнтры ўнізе выкладваем арэхамі пасху, зверху выкладваем з бялка шапку пасхі, па краях — дзёртым жаўтком. Выкладваем унізе пасхі каляровыя перапёлчыны яйкі. Упрыгожваем кветкамі з радыскі і галінкамі пятрушкі. Бялок — шапку пасхі, змазваем маянэзам.

#### Куліч тварожны

**Спатрэбіцца.** Рошчына: малако — 150 мл, дрожджы 30 г, цукар — 1 ст. л., мука пшанічная — 4 ст. л. Цеста: мука пшанічная — 300 г, тварог — 500 г, масла — 100 г, цукар 250 г, цукаты — 100 г, яйкі — 4 шт., яечны жаўток — 2 шт., соль — 0,5 ч. л., ванілін — 2 г, куркума — 1 ч. л., апельсінавая цэдра — 2 ст. л. Глазура: яечны бялок — 2 шт., цукровая пудра — 200 г, лімонны сок — 4 ст. л.

Для рошчыны ў цёплым малаце раствараем цукар, крышым дрожджы і дадаём муку. Змешваем усё і пакідаем у цяпле хвілін на 30, пакуль рошчына не вырасце ў 3 разы.

Пакуль расце рошчына, зоймемся іншымі інгрэдыентамі для цеста. Для гэтага ў адпаведны посуд разбіваем 4 курыныя яйкі і 2 жаўткі (бялкі адпраўляем у халадзільнік — іх мы будзем выкарыстоўваць для глазуры). Дадаём цукар і ванілін. Узбіваем усё міксерам да пышнай масы, якая павялічыцца ў аб'ёме і пабялее. Дадаём у яе тварог і растопленае масла. Усё старанна змешваем.

Затым дадаём куркуму (яна выконвае ролю натуральнага жоўтага фарбавальніка, таму, калі ў вас яе няма, можаце не выкарыстоўваць, аднак і кулічы не атрымаюцца такімі жоўценымі) і здробненую апельсінавую цэдру. Зноў усё змешваем.

Уліваем у тварожна-яечную аснову гатовую рошчыну і ўсё змешваем.

Затым прасейваем у міску муку і дадаём соль. Хвілін 15 старанна вымешваем цеста.

Дадаём цукаты. Калі яны досыць буйныя, наразаем сярэдным кубікам. Яшчэ хвілін 5 усё змешваем. Гатовае цеста для тварожных кулічоў трымае форму і не распаўзаецца па дне. Але яно павінна быць ліпкім!

Зацягваем міску харчовай плёнкай або накрываем ручніком і адпраўляем на расстойку.

Калі цеста вырасце ўдвая-ўтрая, яго трэба абмяць і можна раскладваць па формах. Яно павінна займаць трохі менш за траціну формы. Прыкрываем загатоўкі харчовай плёнкай або лёгкім ручніком з натуральнай тканіны і адпраўляем у цяплыню на расстойку. Ідэальнай будзе тэмпература не вышэйшая за 30—35 градусаў.

Калі цеста вырасце ў тры разы і дабярэцца амаль да краёў формачак, можна будзе выпякаць кулічы. Першыя 10 хвілін пры 200 градусах, а потым яшчэ хвілін 40 пры 170 градусах. Калі кулічы ўжо будуць практычна гатовыя, зоймемся падрыхтоўкай глазуры. Для гэтага бяром халодны бялок і пачынаем яго ўзбіваць міксерам. Калі з'явіцца пенка, падсыпаем цукровую пудру, не перастаючы ўзбіваць. Калі яна стане густой і беласнежнай, дадаём сок лімона і ўзбіваем яшчэ трохі.

Дастаем з духоўкі гатовыя тварожныя кулічы.

Проста на гарачыя наносім бялковую глазуру — я люблю, калі яе шмат. Пасля таго яна падсохне, верх пакрыецца тонкай скарыначкай (яна не прыліпае да пальцаў), а ўнутры застаецца пшачотная мерэнга.

Застаецца толькі ўпрыгожыць нашы кулічы рознакаляровымі цукатамі, пакуль на глазуры не з'явілася скарыначка. Дарэчы, калі баіцеся выкарыстоўваць сырыя курыныя бялкі, можна ўпрыгожаныя глазурай кулічы паставіць у цёплую выключаную духоўку (там яшчэ даволі высокая тэмпература пасля выпечкі) хвілін на 7—10.

