

КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА

■ Продолжаем посев семян томатов, перца и табака, а также позднеспелых сортов белокачанной капусты в подготовленную почву в рассадных ящиках. Перед этим семена опускаем на 4-5 минут в раствор поваренной соли (2 ст. ложки на 1 л воды). Отбраковываем всплывшие и тщательно промываем осевшие на дно банки. Помещаем их в раствор марганцовки насыщенного розового цвета, опять тщательно промываем и укладываем в снег на балконе или держим в морозилке холодильника три дня.

■ Для закалки семян можно использовать и другой способ. Емкость с семенами днем помещаем в морозилку, а ночью - в теплое место, где температура 17-20 градусов. Затем семя растений на расстоянии друг от друга в 2 см и в рядки, между которыми 4 см, на глубину 0,5 см. Накрываем все пленкой или стеклом, предварительно полив сеянцы. Помните, продолжительность всхожести у различных семян неодинакова. Например, морковь, сельдерей, укроп, щавель могут дожидаться своей очереди 2-3 года, огурцы, капуста, петрушка, салат, лук, перец и томат - на 3-4 года потянут. Арбуз, баклажан, свекла, бобы, дыни и горох могут и 5 годков подождать.

■ Можно начинать оттаивать снег под пристволными кругами плодовых деревьев. Чем медленнее будет оттаивать земля, тем позднее корни проснутся и начнут подавать воду дереву. Позднее начнется и цветение, что убережет цветы от губительных весенних заморозков. Следом проснутся и корни, но в надземной части, как только позволит тепло. Развитие пойдет своим чередом за счет накопленных запасов в ветках.

■ Садоводы, которые впервые приступают к обрезке деревьев и кустарников на своем участке, должны придерживаться нехитрых правил. Вырезая поврежденные снегом или ветром ветви диаметром не больше 2-2,5 см, лучше пользоваться секатором. На более толстых ветках кора будет сминаться, деформироваться, к тому же могут появиться трещины. Поэтому ветви вырезают хорошо заточенной пилой по кольцевому наплыву, не оставляя пеньков. Крупную ветвь вырезают по частям. Срезы, сделанные пилой, не следует заглаживать и закруглять, достаточно очистить опилки и засученцы. Все срезы сразу покрывают масляной краской или садовым варом, причем не горкой, а ровным слоем.

САМ СЕБЕ МАСТЕР

САД-ОГОРОД
Раздел ведет Татьяна Чиркова

ЧИСТОТА НА КОФЕЙНОЙ ГУЩЕ

Кофе не только напиток, он может стать и помощником в хозяйстве.

- Костюм черного или коричневого цвета хорошо чистить щеткой, смоченной в горячем кофе.
- Куртку или туфли из коричневого замши можно привести в порядок щеткой, смоченной в кофейной гуще. Когда она подсохнет, еще раз почистите поверхность сухой щеткой.
- Тампоном с кофейной гущей оседают изделия из темной натуральной кожи.
- При стирке кружевных и тюлевых занавесок кремового цвета вместо синьки можно использовать настой чая или кофе, процеженный через тонкую ткань.
- Положите на полку кухонного шкафчика для продуктов немного молотого кофе - и приятный запах будет обеспечен.
- Если в кастрюле подгорело молоко, почистите ее кофейной гущей.
- Впрочем, кофе оставляет и довольно стойкие следы. Как от них избавляться?
- Свежие пятна от кофе, какао, шоколада посыпьте поваренной солью, смешанной с глицерином, потом вещь отстирайте.
- Пятна от кофе или крепкого чая можно удалить, протерев их щеткой, смоченной в теплой воде. Потом вещь хорошо промывают в растворе (1/2 ч. л. кальцинированной соды или 1 ч. л. нашатырного спирта на 1 л воды), затем два раза в теплой и один раз в прохладной воде, слегка подкисленной уксусом.
- Пятна от кофе и чая на светлых тканях смазывают подогретым

глицерином, через 20 мин. промывают теплой водой и сушат в полотенце.

● Пятна от кофе на цветной шерсти или шелковой ткани нужно сразу же обработать смесью сырого желтка с небольшим количеством глицерина. Через несколько минут промойте холодной водой и осушите двумя махровыми полотенцами.

● Застарелые пятна от кофе выводят смесью глицерина, нашатырного спирта и воды, взятых в равных частях. Нанесите ее на загрязненное место, оставьте на сутки, затем выстирайте в мыльной воде.

● Темный налет в кофейнике исчезнет, если в него налить воду с кусочком лимона и прокипятить.

● Пятна от кофе на паркете легко удалить перекисью водорода. Затем пол нужно натереть.

Наталья ЕРМОЛАЕВА

БУТЕРБРОД С БЕРЕЗОЙ

Хочу поделиться своим опытом выращивания вешенки.

Стол дуба или тополя разрезается на кольца, которые стерилизуются кипятком, чтобы там не остались споры других грибов. Причем для опята годится береза, а для вешенки - дуб или тополь. Кольцо посыпают мицелием вешенки, а сверху прикрывают опилками и следующим кольцом. Кольцо может быть несколько. Но главное - поместить их нужно в большой полиэтиленовый пакет, чтобы «вертикальная» грядка не пересыхала и находилась в полутени. Для поступления воздуха пакет сверху не завязывают. Когда грибы прорастут, пленку надрезают.

Для поддержания постоянной влажности все кольцо по периметру просверливаю дрелью. Поливаю в жаркие дни утром и вечером, а в прохладные - через день.



Грибницу с опятами делаю в парнике. Сначала выкапываю там траншею глубиной 15-10 см и закладываю туда опилки или солому, обеспечивающую сохранение влажности почвы. Перед тем как положить мицелий, опилки, особенно хвойных деревьев, обливаю

кипятком, чтобы вывести из них смолу и споры других грибов. При посеве вешенок в мае можно получить урожай грибов уже через месяц-два, а опята придется ждать до осени.

Энвер МУФТИХАНОВ,
г. Люберцы

БЕЗ БЛИНА НЕ МАСЛЕНИЦА

За что любят масленицу? За веселье, розыгрыши... Зима еще сильна, но в воздухе уже пахнет весной. Но гвоздь праздника - блины. Они могут быть с яблоками, грибами, икрой... Всех начинок не перечислишь. Мы предлагаем вам испечь те блины, которые любил в старину.

НАЧИНКА ДЛЯ БЛИНОВ ИЗ КУРЯТИНЫ

Ее надо делать на основе белого соуса. Он состоит из 2 стаканов куриного бульона, 1 столовой ложки сливочного масла, 1 столовой ложки пшеничной муки.

500 граммов куриного белого вареного мяса мелко порезать, соединить с 50 г отваренных сухих и тоже мелко порезанных грибов, заправить 2 стаканами белого соуса, ввести 1 стакан сливок, 2 желтка, довести на медленном огне до загустения, приправить солью, перцем, мускатным орехом, снять с огня, слегка охладить, влить 2 рюмки коньяка, перемешать. Наконец начинка готова.

У вкусного, ароматного и румяного блина есть секреты

- Масло надо вливать в тесто после того, как оно наполовину замешано. Нельзя вливать масло в тесто одновременно со взбитыми белками.
- Если тесто готовят на дрожжах, то взбитые белки надо вводить после того, как оно поднимется, после чего дать тесту подняться вновь.
- Если тесто перекисло, блины будут бледными.
- Если сахара слишком много, блин станет гореть, а не румяниться.
- Если тесто выродило недостаточно, блины получатся пресные и непористые.
- Печь блины надо, когда дрожжевое тесто хорошо поднялось и еще не начало оседать. Тогда блины будут пышные, воздушные, кружевные.
- Тесто нельзя долго месить. Оно станет уплотняться, и блины получатся плотные, вязкие, невкусные.

Вера ЛАЗАРЕВА

МАТРИКС - ПРЕПАРАТ XXI ВЕКА



Ежедневные стрессы, напряжение, активный образ жизни постепенно увеличивают риск утраты трудоспособности из-за болезней суставов и позвоночника. **МАТРИКС** — новейшая разработка наших специалистов.

Цель создания **МАТРИКС** состоит в том, чтобы в достаточном количестве дать организму весь "строительный материал", необходимый для восстановления суставной жидкости, хряща и соединительной ткани. Входящий в комплекс хондроитина сульфат - один из основных структурных составляющих хряща, который стимулирует регенерацию (обновление) хряща, поддерживает вязкость синовиальной жидкости и оказывает анальгетическое и противовоспалительное действие.

Клинические испытания доказали эффективность лечения при таких заболеваниях, как **артрит, артроз, коксартроз, остеоартроз, гонартроз, дорзопатия, дегенеративная этиология (остеохондроз, остеопороз, спондилит, спондилез), отложение солей и др., особенно для лиц пожилого возраста.**

Способствует восстановлению позвоночных дисков и костной ткани, а также после переломов и спортивных травм.

Улучшает питание и состояние кожи, волос и ногтей. Не имеет аналогов в мире.

Получить консультацию и заказать препарат вы можете

с 10 до 19 часов (кроме воскр.) по тел.: 8(495) 730-18-49

Свид. о гос. регистрации № 77-99233-У-0512605 от 14.06.2005 г.

Мы часто в жизни сталкиваемся с такими выражениями, как «Душевное тепло», «Душевный комфорт», «Душевная вещь». В большинстве своем мы считаем, что эти выражения являются фигуральными, то есть не несущими материального значения, но это не так. Многие вещи имеют свойство положительно воздействовать на электромагнитное поле человека, которое, по мнению многих ученых, и является человеческой душой. Самый яркий представитель такой вещи в народе имеет соответствующее название - «душгрейка».

Современные исследования показали, что за этим названием стоит совершенно конкретный физический смысл. Душгрейка представляет собой жилет из натуральной шерсти, лучше, если эта шерсть верблюжья. Когда такой жилет надевают на тело, то между поверхностью кожи и шер-

КАК СОГРЕТЬ ДУШУ

станной тканью практически мгновенно создаются тепловые волны, которые не выходят за пределы этой «душгрейки». При этом за счет удивительных свойств верблюжьей шерсти внутри этого пространства стабилизируется комфортная оптимальная температура, человек, испытывая тепло, не потеет, а тепловые волны расширяют капилляры крови, что ведет к улучшению кровоснабжения, то есть руки и ноги человека меньше мерзнут.

Можно сказать, что душгрейка включает дополнительное внешнее

сердце, что сразу ощущают люди с нарушением сердечной деятельности. Совершенно незаменима эта вещь на даче, где кроме описанных свойств она воздействует на нервное окончание кожи, стимулируя их и подводя к ним находящийся внутри волокон верблюжьей шерсти ланолин - одно из наиболее эффективных природных лекарственных средств для профилактики радикулита. Покупая себе или близким такой подарок, вы дарите подлинное душевное тепло, которое так необходимо в нашей современной сумрачной жизни.

Изделия из верблюжьей шерсти
ИНТЕРЬЕРНЫЙ САЛОН-МАГАЗИН
метро «Проспект Мира», ул. Б. Переславская, дом 10
тел. (495) 544-46-29, 545-31-85
ПРАЗДНИЧНЫЕ СКИДКИ!

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ

« По крайней мере два вечера в неделю оставляйте свободными, чтобы провести их в кругу семьи.

« Научитесь преодолевать тщеславие. Мужчине, жена которого зарабатывает больше, нужно гордиться своей половиной. Ну а жене, чей муж вдруг стал безработным, необходимо стать не только тактичной, но и сильной, чтобы придать сил и главе семьи.

« Если мужчина делает карьеру, а жена хочет учиться, и тому другому следует приспособливаться - это не значит перестать быть собой. Человек тем больше сохраняет свою личность, чем бережнее относится к другому.

МУЖ ДА ЖЕНА - ОДНА СУДЬБА

Что такое счастье? Это когда в доме царит любовь, взаимопонимание, терпимость. Как этого добиться? Увы, человечество пока не нашло универсальный ответ на этот вопрос. Но, возможно, путь к гармонии лежит через вполне простые истины, которыми с нами делится психолог Евгений ТАРАСОВ.

« Не следует избегать столкновения мнений. Прочнее те отношения, где партнеры откровенно обсуждают или оспаривают любые вопросы, а не таят обиду в себе.

« Нельзя помнить только ошибки. Счастливые пары даже спустя многие годы смотрят друг на друга как бы снизу вверх, чуть ли не идеализируя свою половину.

« Откровенность не всегда должна быть абсолютной. Небольшая тайна делает отношения более волнующими.

« Важно не то, что вы делаете, а что вы делаете вместе.

« Надо делить вместе и радость, и горе, обсуждать большие и совсем маленькие семейные проблемы. Это скрепляет отношения и помогает им устоять в минуты испытаний.

« Проблемы возникают в самых крепких семьях. Чтобы их преодолеть, надо концентрироваться на хорошем. Но самое главное - осознавать необходимость друг в друге.

« Заботьтесь друг о друге! Без этого не может быть счастливых семейных отношений.