Суперові рецепти с. 5-6

ВИКОПАЛИ БУЛЬБУ — СМАЖМО ДЕРУНИ

НЕЙМОВІРНІ ІСТОРІЇ І ЛЮДСЬКІ ДОЛІ

Читанка для всіх

№9 (19)
Ціна договірна

● ЛЮДИНА-УНІКУМ

Фото із сайту znaj.ua.

«Раніше я казала, що день літнього сонцестояння проявить майбутнє України, але я не побачила добра...».

«Велику війну я передбачила ще у 2018-му і продала бізнес. А коли вона закінчиться, запитуєте?..»

Цілителька у четвертому поколінні, переможниця 6-го («Чорні та білі») і 8-го («Боротьба континентів») сезонів «Битви екстрасенсів» в Україні, постійна експертка проєкту «Слідство ведуть екстрасенси» Олена Курилова **(на фото)** зробила прогноз про те, коли ми здолаємо ворога

Продовження на с. 2 ⟩⟩

● ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

Фото із сайту bbc.com.

Виходила з дому дитиною, а повернулася майже дорослою...

Викрадену дівчину знайшли після 9 літ пошуків

Читайте на с. 4 ⟩⟩

● НЕВИГАДАНА ІСТОРІЯ

Молитва за двох синів

Просила у Всевишнього, аби беріг їх обох на всіх їхніх шляхах, бо ж материнська молитва і з пекла дістане, а її діти там були, тільки по різні боки

Зворушлива сповідь – на с. 3 ⟩⟩

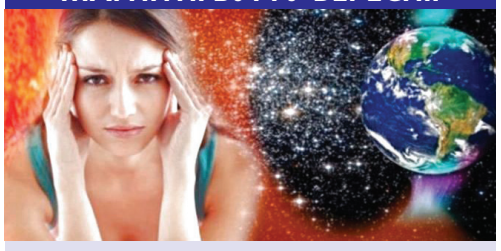
● ТАЄМНИЦІ НЕПІЗНАНОГО

Чому не можна спати навпроти дзеркала?

Читайте про це на с. 7 ⟩⟩

Фото із сайту mozilla-team.org.ua.

МАГНІТНІ БУРІ У ВЕРЕСНІ:



- **Слабкі: 10 і 22.**
- Середні: 13 і 16.
- **Сильні: 6 і 26 вересня.**

Бережіть своє здоров'я!

● ЛЮДИНА-УНІКУМ

«Велику війну я передбачила ще у 2018-му і продала бізнес. А коли вона закінчиться, запитуєте?..»

Закінчення. Початок на с. 1

Василь КІТ

Фото із сайту znaj.ua.

«Попереду — великі жертви і... перемога».

«ЗБИРАЙСЯ, БО НЕ ХОЧУ ВИТЯГУВАТИ ТЕБЕ ПОТІМ З ОКУПАЦІЇ»

Екстрасенс із Харкова велику війну передбачила ще у 2018 році. Як і коронавірус, до речі, тільки не знала, як назвуть цю пандемію.

Олена знала, що бійня почнеться у 2022-му, але думала, що це станеться 2 березня, а не 24 лютого. Так чи інакше, 22 лютого, напередодні повномасштабного вторгнення, Курилова поїхала в Бердянськ до своєї мами, щоб вивезти її: «Збирайся, бо я не хочу витягувати тебе потім з окупації». Мама ніяк не могла повірити, що росія знову нападе. Але коли 24 лютого почула перші вибухи, то склала речі всього за 5 хвилин…

«Майже за рік до цієї страшної події я вмовила чоловіка продати улюблену машину та купити бус. Бо це так потрібно! Мене так веде, — *продовжує Олена.* — Я відчувала стовідсоткову необхідність купити той бус, у який ми всі вмістилися й поїхали. Напхали, що могли, — ковдри, подушки, теплі речі. Ми виїхали у Хмільник перебути деякий час у санаторії…»

Більше того, у Курилової була мережа аптек у Куп'янську Харківської області. Нині місто окуповане. На запитання, чи встигла продати бізнес, відповіла: «Ну, звісно!».

«ЧОМУ Я ЩОСЬ ЗНАЮ, А ІНШІ — НІ?»

Олена змалку відрізнялася від інших дітей. Якось у садочку зникла дорога імпортна іграшка — ведмедик. Вихователька почала запитувати, чи ніхто його не брав. Олена сказала, що знає, де він: хтось із діток сховав ведмедика за альтанкою, у ямці, прикривши якимось сміттям. Її вивели за вухо на майданчик, де й знайшли іграшку, і насварили: «Добре, що зізналася, але красти погано». Дівчинка плакала, виправдовувалася, але відповісти на запитання, звідки їй відомо, де була іграшка, не могла.

Жінка й досі не може зрозуміти, чому вона щось знає, а інші — ні.

> **Ще в 1978-му я їм розповідала, що настане час, коли будуть телефони без шнура, по яких ми зможемо, йдучи вулицею, розмовляти, і мама не чутиме нашу розмову.**

«У школі в мене було небагато справжніх подруг. Ще в 1978-му я їм розповідала, що настане час, коли будуть телефони без шнура, по яких ми зможемо, йдучи вулицею, розмовляти, і мама не чутиме нашу розмову. Або говорила, що телевізори будуть плоскі, як картина, і висітимуть на стіні. Реготу було!..» — згадує Олена.

«ЖОДЕН ПОРЯДНИЙ ЦІЛИТЕЛЬ НЕ ВІЗЬМЕТЬСЯ ЗА ОНКОЛОГІЮ»

«Але я не за все беруся. Наприклад, жоден порядний екстрасенс, цілитель не візьметься за онкологію. Це злочин — обіцяти те, чого ще ніхто не зробив», — переконана Курилова.

Жінка проти будь-якого цілительства без медичної освіти, коли обіцяють то солі «позривати» зі спини, то ще якесь «чудо». У неї, окрім медичної освіти, є ще й диплом психолога.

«Дуже серйозно і відповідально ставлюся до трав і суто негативно — до травниць, яких сьогодні не злічити. Вони можуть продати материнку від кашлю жінці при надії, а ця трава веде до зриву вагітності. І таких прикладів багато. Лікування травами — ціла наука. Справжніх цілителів дуже мало, вони, на жаль, йдуть, а разом із ними — унікальні знання, які треба зберегти, відокремити, як кажуть, зерна від полови і використовувати на сучасному рівні».

«ПЕРЕМОГА БУДЕ, АЛЕ ВОНА ДУЖЕ СКЛАДНА...»

«Раніше я казала, що день літнього сонцестояння проявить майбутнє України, але я не побачила добра, — *розповіла віщунка.* — Розклад був кривавий і недобрий. А тепер я чекатиму 1 листопада. На Гелловін уночі буду робити розклад. Я подивлюся далі. Перемога буде, але вона дуже складна і дуже-дуже великими силами. Великими жертвами. Від нашого розуму, від наших сердець залежить, як ми це зможемо пережити. А жити треба. Для дітей своїх, для сім'ї, для майбутнього. Головне — не «навивати» біду. Не потрібно наплакувати, наскиглювати. Необхідно обов'язково працювати. Робити хоч щось для перемоги й для людей. Бо сісти та скиглити — це не про життя», — *зазначила Олена Курилова.*

До речі, виїжджати в іншу мирну країну вона не планує: «Я не хочу їхати за кордон, бо мені, як відьмі, потрібна своя земля. Я без неї здохну!».

● ДЛЯ ДУШІ

Обмін

П'ятирічна дівчинка не давала спокою батькові, наполегливо випитуючи, що він купить їй, коли поїде до міста

Бруно ФЕРРЕРО, італійський католицький священник-монах, оповідання з книги «365 коротких історій для душі» (видавництво «Свічадо»)

Нарешті батько втратив терпіння і з докором сказав:

— Купи мені це, купи мені те! Ти думаєш тільки про те, що мають тобі дати твої батьки. А ти, що ти даєш нам?

— Любов, — відповіла дівчинка.

Батько не знав, що далі казати.

* * *

Один мільярдер перед смертю тремтячим голосом промовив до своїх спадкоємців:

– Дорогі діти, тепер лишаю…

– Скільки кожному? — запитали всі разом.

Насправді багатою людиною є та, діти якої біжать до неї, коли вона не має нічого.

А чого чекаєш ти?

«Жовтень 2022 року буде для нас дуже важким і кривавим»

«Здаватиметься, що все дуже погано, але цей місяць стане початком агонії росії», – передбачає астрологиня Марина Скаді (на фото)

Фото із сайту unian.ua.

«Ми переможемо!»

Лія ЛІС

Провидиця вважає, що Збройні сили України до кінця року зламають ситуацію на фронті на свою користь, окупанти більше не зможуть протистояти їм.

У 2023-му найважливішими для нас стануть квітень, травень, червень. У росії в цей час відбуватиметься криза влади, політичний режим зазнає краху.

День Незалежності у 2023-му Україна зустріне за більш комфортних умов. До січня 2024 року Україна зможе повернути Крим і Донбас та закріпити курс на членство в ЄС і НАТО.

● НЕВИГАДАНА ІСТОРІЯ

Молитва за двох синів

Сонце пекло немилосердно, а старенька Валентина поволі йшла селом до магазину. Порожні вулиці. Розпечений асфальт. Воно і добре, так і треба. Не буде чути за спиною перешіптування, ніхто не ставитиме незручних запитань

Анна КОРОЛЬОВА

Зав'язала старенька хустину так, аби й очей не було видно, низько опустила голову і йде, думи свої перебираючи. Зупиниться на хвильку, зітхне тужливо і далі міряє життя важкими кроками.

Сама, сама! Уже й забула, коли з людьми балакала. Хіба оце Ліда з магазину…

— Доню, дай хлібчика і олійки.

— Як ви, тьоть Валь?

— Та все добре, дитинко.

Ото і вся її мова. Чимчикує поволі назад додому, ще нижче зігнувшись. Ніби буханець отого хлібчика важезний і під його вагою гнеться до землі старенька.

Порожній дім. Ніколи у неї не було статків. Ото з чим залишилась удовою, з тим життя й прожила. А коли їй було щось купувати? У неї ж двоє хлопчаків-погодок. Усе їм, усе для них.

Згадала і знову важко зітхнула. «Діти, діти, — подумала вкотре. — Хто ж знав, що скільки прикрощів через вас матиму на старість. Хто ж знав…».

Можливо, якби заплакати, то полегшало б, але сльози висохли. Не може вона ні плакати, ні голосити. Заклякла, завмерла вся, оніміла. Лиш думи, одна чорніша одної, — ото і все, що залишилось у неї від почуттів людських.

— Ви, мамо, що — і за Сашка молитесь? — аж підскочив її менший, Павлик, коли проходив повз її кімнату і ненароком почув її вечірню молитву. — Він… Ви ж знаєте, мамо, хто він і де, а я ж… Після всього, що вони накоїли, ви за нього молитесь?!

Схопив сумку свою дорожню і вискочив у ніч, тільки й почула Валентина, як машина з двору рвонула.

Ото останній раз вона свого меншого і бачила. А старший? «Ех, діти, діти. Хто ж знав, що так усе буде?».

> **— Ви, мамо, що — і за Сашка молитесь? Ви ж знаєте, мамо, хто він і де, а я ж… Після всього, що вони накоїли, ви за нього молитесь?!**

Розумними вони у неї росли не по роках. Іншим додаткові заняття потрібні були, а її Павлик і Сашко — все самі. Навчались успішно обоє, із золотою медаллю школу скінчили. Якось разом вирішили обрати благородну професію лікаря. Змалку обоє мріяли рятувати і допомагати. А вона й рада. Чоловік у неї теж у сільській лікарні терапевтом працював. Раділа, що сини пішли батьковою стежиною.

Навчатись Сашко поїхав першим у Донецький національний медичний університет, за ним і Павлик наступного року потягнувся. Обоє мріяли хірургами стати.

Скінчили. Сашко у Донецьку залишився працювати, там і одружився скоро, а Павлик у столиці осів. Здавалось, живи, радій, та чекай онуків. А тут 2014-й…

Кликав Павлик Сашка до себе у столицю, а той уперся:

— Брате, тут нікому людей рятувати. Якщо ще й я поїду, що вони робитимуть. Усі тікають.

Ото відтоді між братами розлад і пішов. Хоч і просила Валентина свого Сашка повернутись в Україну, а він на своєму стояв. Так і лишився там. Не часто, але телефонував. Холоднішим і холоднішим ставав. Інколи, як почне щось доводити, Валентина не витримає, вимкне зв'язок. Мине місяць, другий. А серце ж не камінь. Набирає сама: «Як ти, синку? Як онуки?».

А Павлик її вирішив іти в АТО. Чорна прірва лягла між братами. Рідко Павлик і до мами телефонував. Не міг зрозуміти ніяк, чому ж вона досі із Сашком спілкується. Отак і збігав час. А тут лютий, 24-те…

Так! Молилась Валентина за двох своїх дітей, бо інакше не могла. Просила у Всевишнього, аби беріг їх обох на всіх їхніх шляхах, бо ж материнська молитва і з пекла дістане, а її діти там були, тільки по різні боки. Просила Валентина, аби дав Господь розуму її Сашкові, аби управив так, щоб той покаявся, щоб усе зрозумів. Був же блудний син. Був! Може, сила її молитви допоможе?

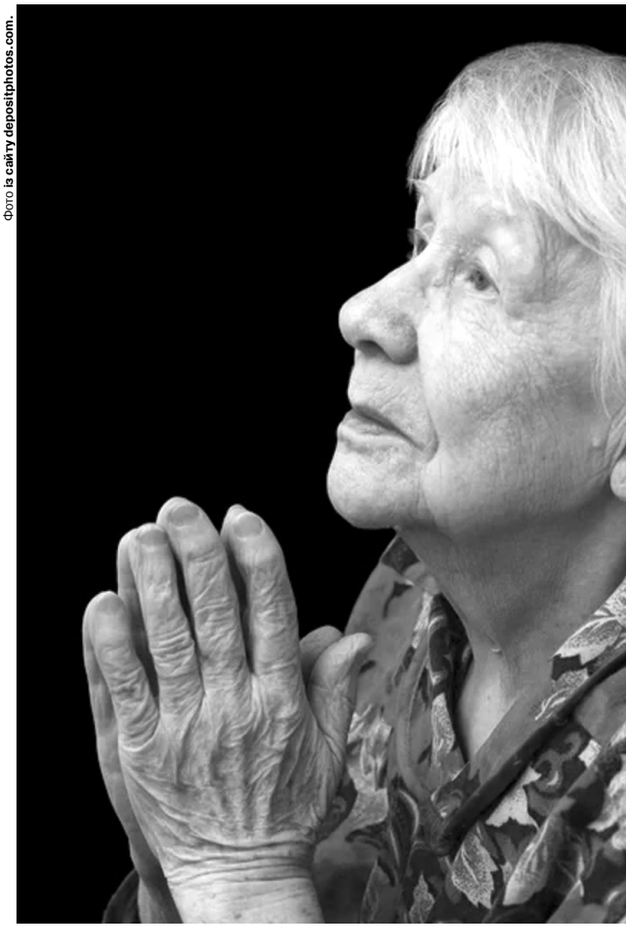
…Того дня її Павлик приїхав несподівано на день. Три місяці у самому горнилі, а тут мав три дні, аби додому навідатись. Один день для неї виділив. Як же вона раділа!

Та не побув він і трьох годин. Повечеряли, поговорили… Наплакалась Валентина і пішла молитви свої щоденні читати. Ото Павлик і почув.

Сидить Валентина і зітхає гірко. Винна перед усіма, а в чім її вина — ніяк не зрозуміє.

Знає від невісток, що сини її живі. Стає Валентина на коліна перед старою, ще маминою, іконою і знову просить Господа за синів своїх. За мир, за кожного нашого воїна, за неньку Україну.

Фото із сайту depositphotos.com.



«Просила у Всевишнього, аби беріг їх обох на всіх їхніх шляхах, бо ж материнська молитва і з пекла дістане, а її діти там були, тільки по різні боки».

● А ВИ ЧУЛИ, ЩО...

● За статистикою, **кожна третя людина у світі не уявляє свого ранку без ароматної кави,** що бадьорить. Вона займає другу позицію в світовому рейтингу товарів, яких продають найбільше. На першому – нафта.

● **Найбільше кави вживають у Фінляндії,** де на одного дорослого припадає в середньому 5 чашок на день.

● **70% кавоманів п'ють арабіку,** яка має приємний, м'який смак, а 30% – робусту, смак якої гірчить, і кофеїну в ній наполовину більше.

● **Кава американо з'явилася під час Другої світової війни.** Солдати з Америки не могли пити європейську міцну каву і просили розбавляти її водою.

Фото із сайту ukr.net.

У чашці чорної кави без цукру – нуль калорій.

● ОСОБЛИВИЙ ВИПАДОК

Викрадену дівчину знайшли після 9 літ пошуків

Пуджа Гауд зникла 22 січня 2013-го, коли їй було лише сім років. Її схопили біля школи в місті Мумбаї (штат Махараштра на заході Індії). Подружжя, яке нині звинувачують у цьому злочині, заманило дитину морозивом

Надія АНДРІЙЧУК

Фото із сайту bbc.com.

Пуджа знайшла в YouTube відео та плакати про своє викрадення та номери телефонів, за якими просили повідомляти будь-яку інформацію про неї. Це стало першим кроком до порятунку.

Мама і донька тепер хочуть якомога більше бути разом.

«БИЛИ РЕМЕНЕМ, НОГАМИ, КУЛАКАМИ, КАЧАЛКОЮ...»

За повідомленням поліції, дівчинку викрали Гаррі та Соні Д'Соуза, які не мали власних дітей.

Пуджа жила з батьками і двома братами в маленькому будинку в приміських нетрях. У день зникнення вона пішла до школи зі своїм старшим братом, але дорогою діти посварилися, хлопець подався на уроки, залишивши сестру саму, бо не хотів запізнитися. Саме тоді дівчинку й забрали Гаррі та Соні, пообіцявши їй купити морозива.

Як згадує Пуджа, викрадачі спочатку відвезли її до Гоа, а потім до Карнатаки — штатів на заході та півдні Індії. Малій погрожували фізичною розправою, якщо вона плакатиме чи привертатиме до себе увагу. За словами дівчини, спершу вона деякий час ходила до школи, але коли в подружжя народився власний малюк, вони всі разом переїхали в Мумбаї. Відтоді насильство щодо Пуджі ставало дедалі жорстокішим. «Мене били ременем, ногами, кулаками. Одного разу так лупили качалкою, що зі спини текла кров. Я мусила виконувати всю хатню роботу, також доводилося працювати по 12 годин, а часом і цілодобово на різних роботах», — розповідає Пуджа.

> **Пуджа ж усе ще переживає психологічну травму, їй сняться кошмари.**

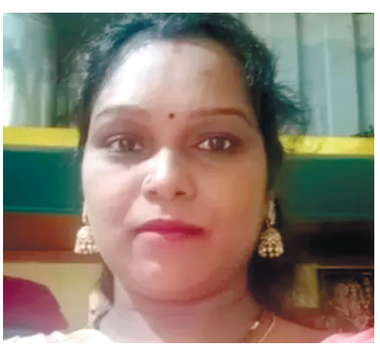
Будинок, де жила родина Д'Соуза, розташований досить близько від дому сім'ї Гауд, але, як каже дівчина, вона не знала дороги. Крім того, за нею завжди стежили, у неї не було ні грошей, ні телефону, і вона не могла звернутися до когось по допомогу чи спробувати знайти шлях додому.

«МИ — МАТЕРІ, І ЦИМ УСЕ СКАЗАНО»

Якось Пуджі вдалося взяти мобільний телефон, поки подружжя спало. Набравши своє ім'я, дівчина знайшла в YouTube відео та плакати про своє викрадення та номери телефонів, за якими просили повідомляти будь-яку інформацію про неї. «Тоді я вирішила шукати можливості втекти», — каже вона.

Але минуло ще довгих сім місяців, перш ніж дівчина набралася сміливості й обговорила свою проблему з 35-річною Прамілою Девендрою, яка була домашньою помічницею в тому ж будинку, де Пуджа працювала нянею.

Пані Девендра без вагань погодилася допомогти. Вони зателефонували за одним зі знайдених номерів і зв'язалися із сусідом матері Пуджі.



Праміла Девендра впевнена: кожна мати просто зобов'язана допомагати дітям, які звертаються до неї по допомогу, навіть, якщо ці діти — чужі.

Мама та донька спочатку поспілкувалися через відеозв'язок, а потім домовилися про зустріч. Вона відбулася 4 серпня 2022-го, саме цього дня дівчині вдалося втекти. Її мати, Пунам Гауд, каже, що безмежно щаслива. Жінка розповідає: перевіривши наявність родимки на тілі доньки, про яку знала лише вона, уже не мала жодних сумнівів, що знайшла свою дитину.

А пані Девендра щаслива, що мала нагоду сприяти зустрічі рідних людей. «Кожна мати просто зобов'язана допомагати дітям, які звертаються до неї по допомогу. Ми можемо не бути їхніми біологічними матерями, але ми — матері, і цим усе сказано», — впевнена вона.

Після зустрічі Пуджа, кілька членів родини та пані Девендра пішли до поліцейської дільниці, щоб подати заяву. Дівчина все розповіла поліції, сказала, де живуть її викрадачі. Це дало змогу швидко встановити та затримати підозрюваних. У результаті проти подружжя Д'Соуза відкрили провадження за фактами викрадення, погроз, фізичного насильства та порушення законодавства про дитячу працю.

«КОЛИ БАЧУ ПУДЖУ, ЗНАХОДЖУ В СОБІ СИЛИ ДОЛАТИ ЖИТТЄВІ ТРУДНОЩІ»

«Я вже майже втратила надію колись побачити свою доньку. Але боги були до мене милосердними», — ділиться емоціями мати дівчини. Поверненню Пуджі додому зраділи не лише рідні, а й сусіди, які знали її ще маленькою. Тим часом пані Гауд намагається надолужити втрачений час: готує улюблену їжу, розчісує доньку. Вони хочуть якомога більше бути разом, але це не так просто. Глава сімейства, який був єдиним годувальником, чотири місяці тому помер від раку. Тож мати влаштувалася продавцем снеків на вокзалі, щоб прогодувати себе та дітей. Але заробітки мізерні, і вона заледве зводить кінці з кінцями: «Тепер у мене ще й судові витрати… Якщо я пропущу день на роботі, то наступного дня у нас не буде грошей на їжу».

Пуджа ж усе ще переживає психологічну травму, їй сняться кошмари, дівчина сумує, що ніколи не побачить батька. З міркувань безпеки вона переважно перебуває вдома, а на вулицю виходить лише у супроводі когось із членів сім'ї. «Я прагну допомагати мамі матеріально, але поки що мені не дозволяють. А ще я дуже хочу вчитися», — каже юнка.

Попри всі проблеми, пані Гауд запевняє, що навряд чи може бути більш щасливою: «Робота виснажує, але щоразу, коли я бачу Пуджу, знов і знов знаходжу в собі сили долати життєві труднощі. Я така щаслива, що вона повернулася…»

За матеріалами bbc.com.

Підписуйтесь на наш Telegram-канал Рецепти Кухня

● НЕХАЙ СМАКУЄ!

Викопали бульбу — смажмо деруни

А може, беці, драники, тертеники, кремзлики, картопляні оладки?.. Називайте, як хочете, але все це назви однієї страви — смажених млинців із тертої бульби. Здавалось би, чого тут можна не знати? Це ж традиційний наїдок не тільки на Поліссі, де картоплю вважають другим хлібом, а й фактично в усіх регіонах України. Проте рецептів дерунів налічується кілька десятків. Основний інгредієнт у них той самий, але, змінюючи інші складники та способи приготування, можна щоразу отримувати страву з новим смаком. Спробуємо?

Фото із сайту tvoymalysh.com.ua.

Аж слинка потекла...

...КЛАСИЧНІ

За таким рецептом готували страву ще наші бабусі

Інгредієнти: 1 кг картоплі, 1 цибулина середнього розміру, 1 яйце, 2 ст. л. борошна, сіль і перець за смаком, олія для смаження.

Приготування. Очищені і проміті картоплю та цибулю натерти на дрібній тертці. Додати борошно, яйце, сіль, перець і добре перемішати. Смажити деруни на добре розігрітій сковороді в соняшниковій олії до золотистої скоринки з обох боків. Подавати гарячими зі сметаною.

...ІЗ ЗЕЛЕННЮ

Поки маєте на грядці кріп, петрушку, кінзу, додавайте їх до дерунів — і смачно, і корисно, і красиво

Інгредієнти: 6 середніх картоплин, 1 цибулина, 1 яйце, 2 ст. л. борошна, сіль і перець за смаком, жменя подрібненої зелені, олія для смаження.

Приготування. Картоплю й цибулю почистити, помити й натерти на середній тертці. Додати сіль, перець, яйце, борошно й зелень, добре перемішати і смажити на розпеченій сковороді до утворення золотистої скоринки.

...КАРТОПЛЯНО-ГАРБУЗОВІ

Про користь гарбуза відомо давно, але не всім подобаються страви з нього. Потріть його у тісто для дерунів — смаку він не зіпсує, до того ж надасть страві яскравого забарвлення

Інгредієнти: 0,5 кг картоплі, 400 г гарбуза, 2 яйця, 3 ст. л. борошна, 100 мл молока, сіль, перець за смаком, олія для смаження.

Приготування. Почищену картоплю натерти на дрібній тертці. Молоко закип'ятити. Тонкою цівкою влити його гарячим у картопляну масу, постійно помішуючи. Дати постояти 5–7 хвилин, після чого злити зайву рідину. Гарбуз очистити від насіння, волокон та шкірки, натерти на дрібній тертці. Відокремити жовтки від білків. До картоплі додати потертий гарбуз, жовтки яєць, борошно, посолити і поперчити на смак. Яєчні білки збити у густу піну, акуратно ввести їх у гарбузово-картопляну масу. Розігріти пательню, влити олію. Ложкою викладати картопляно-гарбузову масу, смажити деруни на середньому вогні з обох боків до рум'яної скоринки. Подавати гарячими зі сметаною.

Фото із сайту dw.com.

Свіжі тертеники – справжня насолода.

ДЕРУННИЙ ТОРТ ІЗ ГРИБАМИ

А таку страву не соромно і гостям запропонувати

Інгредієнти: 600 г почищеної картоплі, 3 яйця, 3 цибулини, 200 мл сметани, 400 г печериць, сіль, перець, зелень, олія для смаження.

Приготування. Почищену картоплю та 2 цибулини натерти на дрібній тертці. Додати яйця, сіль, перець, 3 столові ложки сметани, ретельно вимішати, щоб тісто було рідке й однорідне. На невеликій розігрітій пательні смажити тонкі (наскільки це можливо) млинці, наливаючи картопляну суміш у центр, а потім «розмазуючи» її ложкою по всій поверхні. Обережно перевертати лопаткою, щоб млинець не порвався. Виходить 4–6 млинців. Цибулю порізати дрібними кубиками, печериці — пластинками. Підсмажити на олії цибулю, туди ж всипати гриби та смажити до готовності. Додати решту сметани і протушкувати до готовності, постійно помішуючи. Охолоджені картопляні коржі змастити сметанно-грибною начинкою. Зверху прикрасити грибами і поставити тортик на 10–15 хвилин у духовку, щоб нагрівся, притрусити зеленню та подавати.

...З ГРИБАМИ В ГОРЩИКАХ

Надайте класичним дерунам особливого смаку — протушкуйте їх із соусом у глиняному посуді

Інгредієнти: 20 готових дерунів, 500 г шампіньйонів, 1 скл. сметани, 2 ст. л. масла вершкового, 1 ст. л. борошна, 150 г твердого сиру, 1 велика цибулина, олія, сіль та перець — за смаком.

Приготування. Гриби промити, просушити, нарізати скибочками й обсмажити разом із покраяною півкільцями цибулею на сковороді до готовності. На іншій сковороді розтопити вершкове масло, додати борошно, сіль та перець. Сир натерти на тертці з великими отворами. У кожен горщик покласти шар дерунів, потім гриби, зверху полити соусом. Повторити пласти ще раз, зверху притрусити тертим сиром. Поставити в розігріту духовку на 30 хвилин. Подавати на стіл у горщиках.

Закінчення на с. 6

Фото із сайту rud.ua.

Секрети смачних дерунів

- Найкраща картопля для дерунів — із підвищеним вмістом крохмалю. Вибирайте зрілі і міцні бульби, які мають шорстку шкірку і жовтувату серединку. Вона не тільки поліпшить смакові якості, а й допоможе зберегти форму готової страви. Молода картопля не підходить для дерунів саме через низький вміст крохмалю.
- Натирають очищену картоплю зазвичай на дрібній тертці, але в деяких рецептах роблять це на грубій. Щоб тісто на деруни не потемніло, тріть картоплю, чергуючи з цибулею.
- Якщо тісто вийшло надто рідким, не варто додавати багато борошна, краще обережно злийте зайвий сік і всипте максимум 2–3 столові ложки. Через надмірну його кількість деруни матимуть «гумову» консистенцію.
- Смажити деруни необхідно на добре розігрітій чавунній або керамічній пательні з достатньою кількістю олії — щоб вона наполовину покривала картопляне тісто. Тоді оладки вийдуть рум'яними, з хрусткою скоринкою і ніжною серединкою. А щоб позбутися надміру жиру, викладайте їх на паперові серветки, які вберуть його.

● НЕХАЙ СМАКУЄ!

Викопали бульбу — смажмо деруни

Закінчення. Початок на с. 5

Фото із сайту gurman.co.ua.

Їх готують за різними рецептами, але несмачних дерунів не буває.

...БЕЗ БОРОШНА

Така страва припаде до смаку любителям дієтичного харчування. Думаєте, що без муки деруни розваляться під час смаження? Зовсім ні

Інгредієнти: 6 картоплин, 1 цибулина, 1 зубчик часнику, 1 яйце, 1 ст. л. кефіру або нежирної сметани, сіль та перець за смаком, олія для смаження.

Приготування. Картоплю та цибулину почистити й помити, натерти на тертці з великими отворами. Додати подрібнений часник. У суміш влити кефір (сметану), вибити яйце, посолити і поперчити за смаком. Добре перемішати тісто, ложкою викладати його на сковороду з розігрітою олією і обсмажувати деруни з обох боків до золотистої скоринки. Подавати зі сметаною або із засмажкою з цибулі.

...ІЗ СИРОМ І ШИНКОЮ

Страва надзвичайно апетитна й поживна, смакує зі сметанним соусом

Інгредієнти: 600 г картоплі, 1 цибулина, 100 г твердого сиру, 100 г шинки, 1 яйце, 2 ст. л. борошна, олія для смаження, сіль, перець, зелень на смак.

Приготування. Шинку порізати дрібними кубиками. Очищені картоплю й цибулю, а також сир натерти на крупній тертці. Все перемішати, додати яйце, посолити, поперчити на смак, всипати посічену зелень, борошно, ретельно вимішати. Смажити невеличкі деруни на помірно-сильному вогні до золотистої скоринки. Подавати гарячими.

...М'ЯСНІ У ДУХОВЦІ

Цей рецепт — для тих, хто полюбляє і деруни, і м'ясо

Інгредієнти: 1 кг картоплі, 2 великі цибулини, 2 яйця, 3–4 ст. л. борошна, сіль та перець за смаком, олія для смаження; для начинки — 300 г нежирного фаршу, сіль, чорний перець, кмин.

Приготування. Овочі почистити і натерти на крупній тертці, додати яйця, борошно, посолити, поперчити, добре перемішати. Фарш посолити, заправити спеціями, вимісити. На змащене смальцем деко викласти пласт тіста завтовшки приблизно 1,5 см, розрівняти, зверху — пласт фаршу, а тоді ще раз картопляну суміш. Поставити в розігріту духовку і запекти до золотистої скоринки. При подачі дерун нарізати шматочками і притрусити дрібно посіченою зеленню. Смакуватиме й зі сметаною або соусом.

...ПІСНІ З МОРКВОЮ

Під час посту цей рецепт — справжня знахідка

Інгредієнти: 800 г картоплі, 2 ст. л. борошна, 1 цибулина, 1 морквина, сіль, перець на смак, олія для смаження.

Приготування. Картоплю, моркву і цибулю почистити, помити, натерти на дрібній тертці. Посолити, поперчити. Перемішати, додати борошно. На розігріту пательню влити олії. Столовою ложкою викладати деруни, смажити на середньому вогні до золотистої скоринки з обох сторін. Подавати з пісним майонезом або смаженими печерицями.

Фото із сайту tvoymalysh.com.ua.

Щоб позбавити деруни надлишку олії, виберіть їх зі сковороди на паперові рушники.

> **Деруни – традиційний наїдок не тільки на Поліссі, де картоплю вважають другим хлібом, а й фактично в усіх регіонах України.**

«ПАНСЬКИЙ»

Зветься так, тому що великий, ситний і з найсмачнішими добавками. Одним таким деруном можна наїстися надовго, не думаючи, а чи скоро там обід

Інгредієнти: 5 середніх картоплин, 1 цибулина, 1 яйце, 200 г курячого філе, 100 г грибів (будь-які), 50 г твердого сиру, по 30 г бекону і вершкового масла, сметана, зелень для подачі, сіль, перець — до смаку.

Приготування. Картоплю натираємо на дрібній тертці. Добре віджимаємо, зливаємо рідину. Додаємо яйце, розтоплене вершкове масло, 1 столову ложку сметани, сіль, перець. Перемішуємо і викладаємо рівним шаром завтовшки близько 1 см на всю площу розігрітої сковорідки, змащеної вершковим маслом. Смажимо на слабкому вогні до утворення золотавої скоринки з двох боків. Для начинки обсмажуємо цибулю, додаємо нарізане маленькими кубиками м'ясо, доводимо до готовності. Окремо обсмажуємо дрібно нарізані гриби та бекон. Змішуємо все на сковорідці, додаємо 2 ст. л. сметани і тушкуємо кілька хвилин. На деко стелимо фольгу або папір для випікання і формуємо конвертики. На одну половину деруна викладаємо частину начинки, посипаємо тертим сиром та накриваємо другою половинкою. Зверху змащуємо невеликою кількістю сметани та посипаємо тертим сиром. Випікаємо 15 хвилин за температури 180 градусів. Прикрашаємо зеленню та сметаною.

...БЕЗ ЯЄЦЬ

Це справжня знахідка для посту. Вас, напевно, цікавить, чи не розваляться вони при смаженні? Ні, вони вийдуть як звичайні деруни. Звісно ж, тут є свої секрети

Інгредієнти: 4–5 середніх картоплин, 1 ст. л. борошна, 1 ст. л. картопляного крохмалю, сіль та перець — за смаком, сода (на кінчику ножа), олія для смаження.

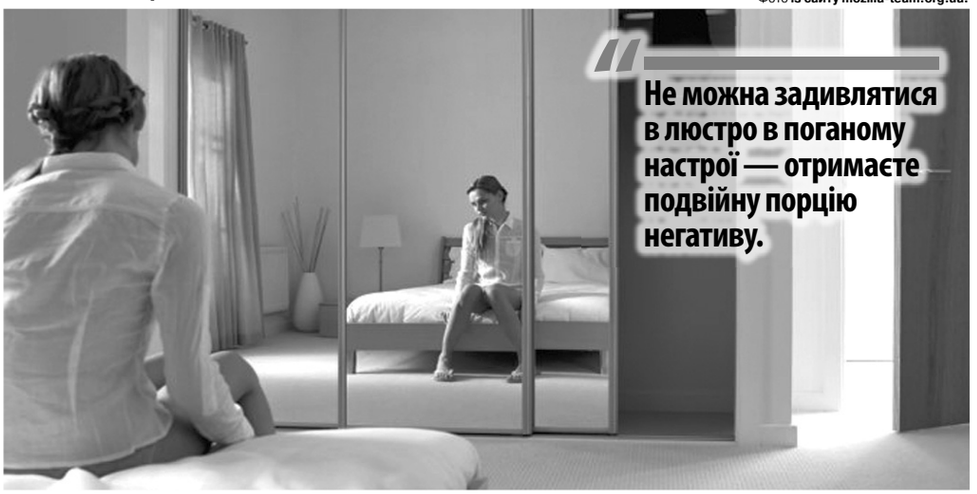
Приготування. Очищену і помити картоплю подрібнити, але (перший секрет дерунів без яєць) половину картоплі ми тремо на крупній тертці, а половину — на дрібній. Трохи відтискаємо її руками і змішуємо в одній мисці. Додаємо просіяне пшеничне борошно, крохмаль, харчову соду, сіль і чорний мелений перець за смаком. Гарненько вимішуємо, розбиваючи всі грудочки. У суху сковороду вливаємо трохи олії і ставимо на середній вогонь. Коли вона розжариться, ложкою викладаємо на неї тісто. Обсмажуємо деруни з обох боків до красивого золотистого кольору. Готові деруни при подачі на стіл приправте будь-яким соусом на ваш вибір. Один із пісних варіантів: обсмажте на сковороді цибулю до золотистого кольору, додайте нарізані помідори, з яких попередньо була знята шкірка. Тушкуємо суміш близько хвилини, додаємо трохи пшеничного борошна і на повільному вогні доводимо до загустіння. Томатний соус стане прекрасним доповненням до картопляників.

ДО РЕЧІ

- Для того, щоб позбавити деруни надлишку олії, яку вони добре вбирають при смаженні, виберіть їх зі сковороди на паперові рушники і потримайте так кілька хвилин.
- Під час обсмажування картопляників без яєць не забувайте стежити за кількістю олії. Її не повинно бути на пательні занадто багато, але й смажитися вони мають не на сухій сковороді.

● ТАЄМНИЦІ НЕПІЗНАНОГО

Фото із сайту mozilla-team.org.ua.



> Не можна задивлятися в люстро в поганому настрої — отримаєте подвійну порцію негативу.

Чому не можна спати навпроти дзеркала?

Хоч люстерко — звичний елемент й інтер'єру кожного помешкання, і кожної жіночої сумочки, та, крім повсякденного призначення, йому приписують безліч таємниць і загадок, а екстрасенси вважають його ще й потужним магічним атрибутом

Найпоширенішою є думка про те, що дзеркало — портал в потойбічний світ. Саме воно пов'язує живих і мертвих, з його допомогою можна заглянути у потойбіччя. Та для цього необхідно володіти особливими знаннями, а звичайна людина такими спробами ненароком може накликати на себе біду.

Про те, що не варто спати навпроти дзеркала, знали ще наші бабусі й прабабусі. Основними причинами такої заборони є:

- дзеркало відображає не тільки людину, а й усі предмети в кімнаті, спотворюючи їх і «витягаючи» енергію;
- під час сну душа людини незахищена, а сутності, що знаходяться в задзеркаллі, можуть забрати її;
- якщо люстро відображає подружжя уві сні — енергетика задзеркалля може відняти у них любов і взаєморозуміння. Крім того, кількість партнерів подвоюється, що означає зради;
- відображаючись у люстрі уві сні, людина втрачає здоров'я, оскільки не має змоги чинити опір витоку енергії;
- тріснуте дзеркало навпроти ліжка — найчастіша причина появи серйозних захворювань, розлучень, грабежів і навіть смерті;
- уві сні душа людини подорожує іншими світами і, якщо потрапить у задзеркалля, може звідти не повернутися — найчастіше в цьому криється причина несподіваної смерті.

Важливо пам'ятати, що дзеркало — потужне енергетичне джерело, воно «відображає» все, що ви йому віддаєте. Тому ні в якому разі не можна задивлятися в люстро в поганому настрої — отримаєте подвійну порцію негативу. Також не рекомендується заглядати у дзеркало вночі: цей час вважається періодом активності нечисті.

Люди здавна від покоління до покоління передавали народні повір'я про магічні властивості тих чи інших предметів. Багато з них пов'язані і з дзеркалами — наші предки повчали, як люстро здатне впливати на людину і про що потрібно знати, встановлюючи або вішаючи вдома такий елемент інтер'єру:

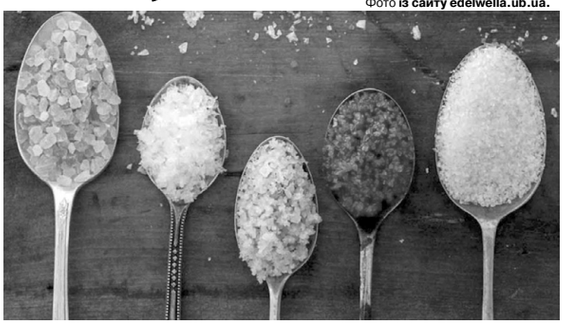
- не можна вішати чуже дзеркало в своєму будинку — воно зберігає в собі інформацію про життя інших людей і передає її вам;
- 40 днів після смерті людини потрібно завішувати люстро щільною тканиною, оскільки душа покійника блукає світом живих і може «застрягнути» в ньому, опинившись у дзеркалі;
- довго і пильно вдивлятися у люстерко не можна — віддасте свою енергію, а візьмете на себе хвороби;
- не можна вішати дзеркало в дитячій спальні: душа малюка може опинитися в заручниках у сутностей потойбічного світу, відтак дитина почне хворіти і стане вередливою;
- двом жінкам одночасно заглядати в люстро не можна, бо полюблять одного чоловіка, будуть конкурувати між собою;
- перед дзеркалом не можна запалювати свічку, адже вогонь — потужна стихія і в міру згоряння свічки «згорятимуть» і ваші досягнення, здоров'я, краса і благополуччя.

Джерело: unian.ua.

● ПЕРЕВІРЕНО НА СОБІ

Як у домашніх умовах додати смаку… солі

Фото із сайту edelwella.ub.ua.



І хоч цю речовину називають ще й «білою смертю», без неї мало хто обходиться. Головне — не пересолити!

Для мене вона — прикраса страви, перший та останній штрих. Сіль може повністю зіпсувати наїдки, але коли її зовсім трішки, вони смакують по-іншому. Це легка нотка, що доповнює та підкреслює всі інші інгредієнти

Ніна ТОКАРЄВА,
кондитерка, практик та дослідник старовинної кулінарії

В моєму кухонному просторі завжди багато видів солі та різних сумішей з нею: є кам'яна, морська, рожева гімалайська, чорна копчена на вугіллі й ще декілька видів по настрою, сезону… Мене можна назвати її колекціонеркою.

А сьогодні розкрию секрети солі, яку роблю сама:

Грибна сіль. Для її виготовлення підходять ті гриби, що можна їсти сирими. Я беру лисички або білі. Їх треба гарно промити, висушити за температури не вище 50°С, змолоти в кавомолці (для млинка дрібно нарізати), розмішати з сіллю на свій смак. Я роблю десь 50 на 50%. А з двох кілограмів сирих лисичок виходить приблизно 300 мл солі.

Конопляна сіль. Змішати сіль з конопляним борошном у співвідношенні 60 на 40 відсотків.

Сіль розмаринова. Розмарин просушити, змолоти, змішати з сіллю 30 на 70 відсотків.

Сванська сіль. Точного рецепта вам не знайти, бо він передається тільки між своїми в далекій Сванетії (гірській області на північному заході Грузії), але ви можете пошукати свій баланс та рецепт із цих інгредієнтів: сіль, уцхо-сунелі, гострий червоний перець, часник, листочки кінзи, шафран, кріп, зернятка кмину.

Корейська сіль. Взяти 350 г дуже дрібної солі, по 7 г — гвоздики, кориці, мускатного горіха та чорного перцю, по 4 г — базиліку, чебрецю, гострого червоного перцю та лаврового листка. Всі трави мають бути сушені й дрібно мелені.

Ви можете робити свої унікальні суміші в пропорції, яка вам смакує та підходить. І пам'ятайте слова знаменитого американського кіноактора Клінта Іствуда: «Сіль життя — в пошуках нового».

Джерело: vechirniy.kyiv.ua.

НЕЙМОВІРНІ ІСТОРІЇ І ЛЮДСЬКІ ДОЛІ
Читанка для всіх

Місячник
«Читанка для всіх»
www.volyn.com.ua

Засновник: Товариство з обмеженою відповідальністю «Газета «Волинь»
Головний редактор і відповідальний за випуск ЗГОРАНЕЦЬ Олександр Олександрович
Зареєстрована 31 серпня 2018 року.
Набрана і зверстана в комп'ютерному центрі газети «Волинь-нова»

Адреса редакції і видавця:
43016, Луцьк, вул. Ковельська, 2.

E-mail: chytanka77@gmail.com, reklama.volyn@gmail.com

Телефони редакції:
066 82 47 160, 096 77 31 037

ТзОВ «Газета «Волинь» п/р UA203034400000026008055520122 КБ «ПриватБанк», МФО 303440 ЄДРПОУ 02471695
Друк офсетний. Обсяг – 8 сторінок формату В-4.

Передплатні індекси: **97847, 60313, 60780, 86772.**
Реєстраційні номери: КВ №23544-13384Р від 31.08.2018 р., ЛВ №584-317Р від 16.02.2021 р., ЛВ №755/308-р від 19.02.2021 р.
Віддруковано: Поліграфічне видавництво «А-Прінт» ТОВ «Дім», м. Тернопіль.
Тел.: (0352)52-27-37, (067) 352-18-51,
сайт www.a-print.com.ua
Тираж згідно із замовленням. Замовлення **№ 1589**

● СОН У РУКУ!

Наснилися гриби: значення за різними джерелами

Пригадайте детально сон – і дізнаєтеся, позитивний він чи негативний

Фото із сайту images.novyny.live.

Якщо збирали отруйні гриби — можливе виникнення проблем.

СОННИК МІЛЛЕРА

Гриби – це поганий знак. Ви намагатиметеся розбагатіти будь-якою ціною. В результаті це може призвести до руйнування планів чи навіть судового процесу. Молодій жінці поїдання грибів уві сні віщує сумнівні задоволення.

СОННИК ВАНГИ

Побачити зрізані капелюшки – хтось з вашого оточення досягне великих успіхів. Збирати білі гриби – до успіхів у справах, навіть в тих, у яких ви цього не очікували. Якщо у вас є ідеї, проєкти – можете сміливо братися за їх реалізацію.

СОННИК ФРЕЙДА

Якщо уві сні бачили багато грибів, збирали їх у кошик, то це означає, що у вас дуже насичене інтимне життя і ви ним задоволені. Чистити гриб – ви маєте підсвідоме бажання змінити своє життя на краще, вам не вистачає стабільності. Якщо ж гриб із червоточинами або негарний – ви незадоволені своїм сексуальним життям, і потрібно поговорити про це з партнером.

СОННИК НОСТРАДАМУСА

Білий гриб – до успіху, а червивий – до хвороб і неприємностей. Великі знайдені гриби вказують на те, що у вас вистачить мудрості у певній ситуації. Споживати гриби – до великих сумнівів щодо справ, роботи чи стосунків із кимось. Опинитися на галявині з грибами – до обману.

СОННИК ЦВЄТКОВА

Бачити гриби – отримати цінну пораду, яка вам допоможе. Жінці такий сон може віщувати вагітність. Якщо гриби отруйні, очікуйте на щасливий випадок. Їсти гриби – до довгого життя, збирати – до винагороди.

> **Білий гриб – до успіху, а червивий – до хвороб і неприємностей.**

СОННИК ЛОФФА

Бачити гриб із коричневим або червоним капелюшком – до закоханості. Збирати – на вас очікує щастя, але якщо вони отруйні – можливе виникнення проблем. Страви з грибами на столі – до достатку, успіху. Якщо уві сні ви хотіли скуштувати поганку, у реальному житті поруч із вами є недоброзичливець, який маскується під друга. Скоро його гра викриється, і ви дізнаєтеся, хто ця людина.

Джерело: liza.ua, glavred.net.

● А ВИ ЧУЛИ, ЩО…

Фото із сайту ukr.net.

Лисички, як і інші гриби, не рекомендується їсти на ніч, — це велике навантаження на шлунок.

◆ Лисички — одні з найбагатших вітамінами грибів. Їх називають «лісовими королевами». Нормани вважали, що ці гриби підвищують сексуальне бажання, і з цієї причини вони були невід'ємною частиною весільного меню нареченого.

◆ Розморожені лисички гіркі на смак, тому їх краще зберігати в сушеному вигляді. Ну а якщо є бажання їх заморозити, то перед цим рекомендується відварити в молоці або ретельно запекти у вершковому маслі, яке зменшить гіркий присмак.

◆ При високій температурі лисички втрачають частину своїх корисних властивостей, і тому для лікувальних цілей їх рекомендується вживати в свіжому або сушеному вигляді, а також у вигляді настоянок. Наприклад, настоянка з лисичок є ефективним засобом при ангіні та різних хворобливих утвореннях на поверхні шкіри.

СМІХОТЕРАПІЯ

:)) :)) :))

Розмовляють дві жінки:

— Твій чоловік багато п'є?

— До зелених чортиків.

— А мій ще й разом із ними.

:)) :)) :))

— Рабиновичу, чому ви продаєте свою дачу вдвічі дорожче, аніж Шлемензон навпроти? Адже його дача гарніша, простіша й сад краще доглянутий...

— Самі подумайте. Живучи на моїй дачі, ви таки зможете милуватися на гарний краєвид! А що ви побачите з дачі Шлемензона?!

:)) :)) :))

Викопали бульбу. Думаю, нам вдалося вивести новий сорт — картопля чері.

:)) :)) :))

Мами з малюками гуляють на дитячому майданчику:

– Міланко, не чіпай Моніку!

— Платончику, не смикай Ясміну за кіски!

— Мірабелло, не сип піску на Роберта!

Раптом чують:

— Марічко, ходімо додому.

Усі обертаються і питають:

— Шановна, як дитині живеться з таким рідкісним іменем?

:)) :)) :))

Створив другий профіль у соціальних мережах — так, за дружиною постежити. Познайомилися, пофліртували. Дізнався, що я помер два роки тому.

Підписуйтесь на наш Telegram-канал Здоров'я Медицина Telegram