

ИВАН ДУБРОВИН

БАЛЬЗАМЫ НАСТОЙКИ

Все о спиртных напитках



2010

ВВЕДЕНИЕ

Уважаемый читатель, вашему вниманию предлагается новая книга, темой которой являются напитки, а именно бальзамы и настойки. Когда мы задумывали эту книгу, нам прежде всего хотелось возродить интерес к этим напиткам. Для того чтобы читатель мог убедиться в ценности и полезности настоек и бальзамов, мы ввели в книгу главу, в которой рассказывается об истории их возникновения. Помимо этого, в книге собрано много интересной информации: например, как поправить свое здоровье, употребляя бальзамы и настойки; как стать красивой, используя чудодейственную косметологическую силу данных напитков; как улучшить вкус приготовленных вами блюд, добавив определенное количество настойки в жаркое или в выпечку.





ГЛАВА 1. ИЗ ИСТОРИИ

Настойки и бальзамы пришли в современный мир из глубокой древности. Несмотря на то, что готовятся они на основе алкогольных напитков, бальзамы и настойки являются лечебными препаратами. Нельзя точно сказать, какая страна или кто именно первым их изобрел. Но, вероятнее всего, родиной этих лечебных напитков стала одна из восточных стран.

Есть сведения, что настойки и бальзамы появились на рубеже 4-3-го тысячелетий до нашей эры. Источники упоминают о появлении подобных напитков на территории Китая. Это не удивительно, ведь китайцы издавна занимались медициной и прославили себя на этом поприще. О настойках и бальзамах, помимо Китая, знали также в Древней Греции и Древнем Риме. Здесь тоже прослеживается своя закономерность, ведь эти страны на протяжении почти всей своей истории вели войны, а следовательно, местные врачеватели отыскивали различные лекарственные средства для лечения ран воинов, пока не открыли для себя настойки и бальзамы.

Сначала появились настойки, которые готовили на спирту, на водке, а позднее и на коньяке. Затем — бальзамы, отличающиеся от настоек сравнительной густотой и разнообразием компонентов.

В нашей стране настойки появились приблизительно в 10-м веке н. э. Некий человек по имени Ерофей попытался воспользоваться старинным восточным рецептом для приготовления крепкого алкогольного напитка. Он настаивал на водке мяту, анис, толченые орехи. Все продукты, входящие в состав будущей настойки, он выливал в бутылку и помещал в теплое место. Сосуд простоял в теплом помещении возле печки более 12 суток. Когда же Ерофей решил посмотреть, что же именно у него получилось, то обнаружил качественно новый напиток. Сейчас мы с точностью можем сказать, что это была настойка. Изготовленный Ерофеем напиток широко разошелся в народе и его прозвали в честь «изобретателя» — «водкой Ерофея».

Таким образом, появилась настойка, которую из-за ее горького вкуса называли еще и водкой без сахара. В процессе брожения компонентов вырабатывается большое количество спирта, поэтому при употреблении внутрь настойка обжигает горло. Она полюбилась жителям старой Руси и стала пользоваться довольно большой популярностью. Старинные рецепты изготовления настоек в домашних условиях передавались из поколения в поколение.

С тех самых пор в России, как и в других странах, стали появляться все новые и новые рецепты настоек. Сначала их готовили из ягод рябины, имбиря, шалфея. Настойки имели вкус и цвет тех ягод и трав, которые входили в их состав.

Новые виды настоек появились в России благодаря графу Алексею Разумовскому, который, нужно отметить, не чуждался крепких спиртных напитков. Благодаря развитию торговли со странами Востока в России появились такие пряности, как тмин, миндаль, лавровый лист, перец, а также цитрусовые — апельсин и лимон. В доме графа Разумовского начали готовить настойки с

запахом миндаля, с тминной водой, с добавлением кусочков сухих лимонных корок (лимонной цедры) и многими другими компонентами.

Рецепт знаменитой настойки графа не держался в секрете от окружающих, напиток полюбился знатным особам — и вскоре его стали готовить повсеместно. Сухие лимонные корки заливали водкой и настаивали в течение определенного времени, а затем этот настой помещали в большую бутыл из толстого стекла. Брели корицу, кардамон, мускатный цвет, мускатные орехи и добавляли в водку. Бутыл обмазывали ржаным тестом в 3 пальца толщиной и держали в темном теплом месте 4 ночи подряд. Каждое утро бутыл вынимали и ставили на солнце.

В отличие от знати в народе по-прежнему популярными оставались настойки с имбирем и молодыми побегами рябинового дерева.

Широко известна на Руси была настойка, называемая в народе «пенником из рябины». Автором подобного напитка был некий Архип Денисов, который распространил свой рецепт среди простого люда. Он собирал зрелую рябину до наступления холодов и морозов, заливал ее молодым хлебным квасом и добавлял дрожжей. Затем он оставлял квас бродить в теплой комнате, перегонял несколько раз до тех пор, пока не получалось хорошее пенистое вино. Приготовленный «пенник» (настойка) не имел дурного запаха и был приятен на вкус.

Рецепт Архипа Денисова стал основой для других рецептов приготовления настоек. Каждый пробовал приготовить настойку на свой вкус и привносил в рецепт что-нибудь новое.

Особенно интересна технология окрашивания настоек в различные цвета. Например, чтобы приготовить синюю настойку, ее настаивали на лепестках цветков васильков, желтую — на шафране, зеленую — на мяте, красную — на чернике, фиолетовую — на семенах подсолнечника, коричневую — на скорлупе кедровых орехов.

Настойки отличались различной крепостью. Те, кто был равнодушен к высокоградусным напиткам, стали изготавливать настойки с меньшим содержанием спирта. Некоторые добавляли сахар или сладкие ягоды. Так появились сладкие и полусладкие настойки.

Однако из обычного спиртного напитка настойки быстро превратились в лекарственный препарат, так как компоненты, входящие в состав этих напитков, широко известны своими целебными свойствами. Народные целители, и не только они, но и медики занялись приготовлением полезных настоек, которые оказывали благотворное влияние на организм человека в целом.

В 1650 году физиолог и анатом Франциск Сильвиус после долгих поисков эффективного лекарственного средства приготовил настойку, которая считалась незаменимым средством против бессонницы, а также прибавляла уверенности в себе и смелости. Эту настойку, из-за ее необычных свойств, стали давать голландским солдатам во время боевых походов для поднятия боевого духа и вселения в них бесстрашия перед лицом врага.

Настойку Сильвиуса изготавливали из можжевельных ягод на спирту. Данный напиток, получивший название «джин», готовили буквально в каждом доме Англии и Голландии. Джин в то время люди употребляли в чистом виде или слегка подслащивали.

Но настойка из можжевельных ягод постепенно утрачивала свое первоначальное назначение и перестала использоваться в качестве лекарственного средства. Она превратилась в обычный алкогольный напиток — джин. Последний со временем стал настоящим бедствием для стран Европы, а особенно Англии. И в 1736 году власти издали «Спиртовой закон», который ограничивал продажу джина и превратил его в дорогое удовольствие.

В современном мире этот напиток широко используется в качестве основы для приготовления коктейлей. В чистом виде джин сегодня почти не пьют (поэтому, когда вы пьете коктейль, приготовленный на основе можжевельной настойки, можете быть уверены, что принимаете лекарство).

Как уже упоминалось выше, травяные и ягодные настои употреблялись людьми с древних времен. Известный древнегреческий врач Гиппократ лечил своих пациентов подобными настоями. А римляне открыли еще одну особенность настоек — способность улучшать аппетит. Победитель римских гонок на колесницах получал право пить настойку горькой полыни. Кроме престижа, настойка прибавляла победителю здоровья (этот напиток не только возбуждал аппетит, но и

помогал при некоторых расстройствах желудочно-кишечного тракта).

Настойки из полыни, которые готовились еще в глубокой древности, широко использовались не только в качестве лечебного средства при заболеваниях органов пищеварения. Они применялись также как препарат, заживляющий раны и препятствующий воспалительным процессам (подробнее об этом вы прочтете в одной из глав данной книги).



Однако создатели подобных настоек предупреждали своих пациентов о том, что чрезмерное потребление такого напитка, приготовленного из горького и ядовитого растения, может быть опасно, поскольку у людей с неустойчивой психикой настой может вызывать галлюцинации, судороги и психические расстройства.

Поэтому, если вы решите приготовить настойку или бальзам по рецептам, которые предложены вам в этой книге, то помните, что это лечебные препараты, а не просто спиртной напиток, который наряду с другими подобными напитками можно подать к столу. Принимать настойки и бальзамы следует небольшими дозами перед или после еды, можно добавлять их в чай или кофе.

Считается, что определенные лекарственные растения помогают при лечении тех или иных заболеваний. Для того чтобы приготовить напиток, содержащий вещества, позволяющие избавиться сразу от нескольких болезней, в настойки стали добавлять несколько видов трав одновременно. Настои получались гуще по консистенции и более разнообразными по вкусовым качествам. Так постепенно появились бальзамы.

Когда же европейцы стали вести активную торговлю с восточными странами, произошел настоящий пряный бум. Начиная с 12 века люди начали экспериментировать с пряностями, добавляя их в настойки.

Особенно серьезно стали заниматься приготовлением настоек и бальзамов жители Пьемонта. Это и не удивительно, ведь предгорья Альп издавна славятся разнообразием целебных травяных растений. Жители Пьемонта активно использовали восточные специи и ароматические добавки, которые позволили усовершенствовать вкус настоек. Люди стали широко применять в приготовлении бальзамов кориандр, полынь, тысячелистник, ирис, ромашку, различные специи, а также цитрусовые.

Купец Алессио, который известен тем, что привозил в Баварию вино, приготовленное из полыни, а именно «Вермут», помимо виноделия занимался и созданием настоек и бальзамов. Он

сумел изобрести полюбившийся жителям Италии и Баварии лечебный бальзам, в состав которого вошли ромашка, зверобой, цветы лимона, тысячелистник, корица, гвоздика и ряд других специй. Считалось, что этот бальзам обладал удивительными целительными свойствами и помогал от ряда болезней.

В 15 веке появилась настойка из цветов розы. Подобная настойка не являлась каким-то чудодейственным средством, способным излечить те или иные болезни, а была создана главным образом для того, чтобы угодить слабому женскому полу. Женщины, да и ряд медиков, свято верили, что в лепестках розы содержится вещество, способное продлевать молодость и красоту, улучшать цвет лица и делать женщину притягательной для представителей противоположного пола. Это предположение не лишено основания. Настойки и бальзамы с ароматом лепестков розы были приятны на вкус и отличались красивым розовым или красным цветом.

Свою лепту в разработку технологии приготовления бальзамов внесли монахи. В различных странах, как в Западной Европе, так и в восточных государствах, монахи были известны как хорошие врачеватели и обладали отличными познаниями в области медицины (особенно служители восточных храмов).

Монахи лечили и воинов, и прихожан. Изготовленные в стенах монастырей бальзамы возвращали людям жизненные силы и здоровье. Прежде чем приготовить очередной бальзам, монахи совершали над ним особые обряды, поскольку считали, что благодаря подобным действиям целебное снадобье приобретало благословение свыше. Пряные добавки улучшали вкус бальзамов (монахи широко использовали нераспустившиеся почки гвоздики, полынь, мускатный орех, а также липовый и цветочный мед).

Обитатели окрестных деревень нередко пытались приготовить бальзамы, подобные тем, что готовили монахи, но должного успеха такой рода деятельность не имела. Поэтому обитатели монастырей утвердились во мнении, что приготовленные ими снадобья — от Бога, и не разглашали рецепты настоек и тайн врачевания.

Следует отдать должное монахам. Настойки так и могли бы остаться самым заурядным спиртным напитком, если бы монахи не способствовали превращению их в бальзамы. Многие знаменитые медики использовали в своей практике рецепты, которые с большим трудом можно было добыть в монастырях. Именно благодаря деятельности монахов и укоренилась традиция использования бальзамов и настоек в качестве испытанных лечебных средств.

С древнейших времен бальзамы и настойки используются и в нашей стране. В их распространении по огромной территории России не последнюю роль сыграли ценные свойства лекарственных растений, на основе которых изготавливают бальзамы и настойки. Причем целебные травы доступны практически всем жителям России, так как в большом количестве произрастают на территории нашей родины. Опыт их применения давно используется в народной медицине, а рецепты приготовления бальзамов и настоек передаются из поколения в поколение.

На протяжении многих лет люди изучали и изучают лекарственные свойства растений и готовят лечебные настои. Особое место в ряду создателей настоек и бальзамов следует отвести знахарям, которые передавали тайны приготовления целебного снадобья только своим последователям. Знахари использовали при приготовлении настоек не все растения целиком, а только отдельные их части, которые считались целебными и содержали определенные действующие вещества (например, цветки, стебли или листья трав).

Жители Древней Руси применяли настойки из трав для исцеления разных болезней. Подобное лечение проводилось под наблюдением колдунов и знахарей. Способами приготовления настоек и бальзамов постепенно овладел и сам народ. В стране начали открываться так называемые «зеленые лавки», где продавали лекарственные травы и настои.

Настойки из мяты давно известны жителям многих стран. Люди готовят настойки из мяты с тех самых пор, как узнали о существовании этой приятной и душистой травы. Настойки из мяты применяют как средство, возбуждающее аппетит, улучшающее пищеварение, а также как успокаивающее и противовоспалительное средство. Исторические летописи упоминают о том, что Дмитрий Донской любил настойку из мяты и брал ее в свои воинские походы.

Известный старец, святой Сергей Радонежский тоже лечил страждущих настойками из

целебных трав. Он часто изготовлял настойку из пустырника, которая обладала теми же свойствами, что и настойка валерианы, но была более эффективна. Прославились также его бальзамы, содержавшие землянику, черную смородину и виноград. У Дмитрия Донского было больное сердце — и Сергей Радонежский лечил великого князя настойкой белозора, помогающей при нарушении деятельности сердца.

Люди полагали, что лечебными являются настойки и бальзамы, приготовленные из редко встречающихся растений. Однако кто-то обратил все же внимание на крапиву, зарослей которой было полным-полно, и решил попробовать приготовить из нее настойку. Оказалось, что крапива не менее целебное растение и помогает от целого ряда болезней. Настойки из крапивы стали изготавливать почти в каждом русском доме.

Врач Кристодемус из Германии занимался тем, что готовил настойки из боярышника. Он использовал плоды и цветки этого растения как эффективное средство от бессонницы, головокружения и при болезнях сердца. Вообще, многие рецепты настоек и бальзамов пришли в Россию из немецкой медицины во времена Анны Иоанновны, которая привезла с собой в страну немецких врачей. Благодаря немцам русские узнали, что спиртовую настойку цветков и плодов боярышника можно принимать при нарушениях работы сердца и для поддержания хорошего самочувствия. Особенно немецкие медики рекомендовали пить настойку в пожилом возрасте.

Во время Великой Отечественной войны настойка из боярышника нашла особо широкое применение благодаря деятельности доктора Е. Ю. Шассу.

Сегодня интерес к настойкам и бальзамам не только не угас, а с каждым годом возрастает. Многие профессора медицины обращают внимание на старинные рецепты приготовления бальзамов и настоек, а также изобретают все новые. Одним из самых известных бальзамов является «Биттнер», появившийся в 19 веке. В его букет входит большое количество лечебных препаратов.

В настоящее время в аптеках имеется большой выбор бальзамов или трав, предназначенных для приготовления настоек. Продаются и сборы лекарственных растений, из которых самостоятельно можно приготовить бальзам.

Следует сказать, что особенно сильное действие на организм человека оказывают настойки, поэтому применять их следует строго в соответствии с инструкцией врача. Обычно настойки принимают небольшими дозами, которые быстро усваиваются организмом и оказывают эффективное действие. Необходимо помнить также и о том, что настойки часто бывают прозрачными и имеют аромат тех трав, которые входят в их состав. Если у вас аллергия, например на запах черной смородины, то вам не следует применять настойку, в состав которой входит это растение.

Технология производства настоек и бальзамов не особенно сложна и может быть применена в домашних условиях. О том, как можно приготовить эти лекарственные напитки, мы расскажем вам в данной книге.





ГЛАВА 2. ОТ «РИЖСКОГО» ДО «БИТТНЕРА»

Известно, что сколько людей, столько и вкусов, особенно если речь идет о блюдах и, в особенности, о напитках. Одни любят квас, другие — фруктовые соки, а третьи просто жить не могут без настоек — как домашних, так и купленных в магазине или аптеке.

Наверное, именно этим и объясняется огромное разнообразие напитков, распространенных у разных народов. Причем у каждой нации есть любимый и единственный напиток, с помощью которого люди не только услаждают свой вкус, но и избавляются от всякого рода стрессов и болезней. Для русских это, без всякого сомнения, настойки; для азербайджанцев — шербет, для чехов и немцев — пиво, для аргентинцев — матэ. Все они соответствуют национальным вкусам, образу жизни, климату, то есть отвечают всем потребностям народа той или иной страны.

В наше время наблюдается заимствование традиций одних стран другими, благодаря чему мы можем попробовать настойки и бальзамы иностранного происхождения, о которых раньше не имели представления.

Настойки и бальзамы принято считать крепкоалкогольными напитками, то есть такими, в составе которых содержится этиловый спирт (алкоголь). Как уже говорилось в предыдущей главе, крепкие напитки начали изготавливать около 3–4 тысячелетий назад. К тому времени они были известны в Древнем Египте, Китае и других странах.

Гораздо позднее, около 440 г. до н. э., Геродот упоминает о том, что коренное население Закавказья употребляло напиток «арак». Это словно созвучно с современным армянским словом «арах» и грузинским «араки»: так сейчас называют там горькие настойки из плодов и ягод различных растений.

Как известно, само это слово имеет арабское происхождение. В переводе на русский язык оно означает «тонкий, летучий порошок». Средневековые алхимики, заимствовав у своих арабских «коллег» технологию получения спирта, сделали его популярным в Западной Европе, откуда его и завезли в нашу страну.

Кроме настоек и бальзамов, в ряд алкогольных напитков можно поставить также спирт, водку, ликеро-водочные изделия, виноградные и плодово-ягодные вина, коньяк. Все они различаются между собой содержанием спирта, сахара и некоторыми особенностями производства.

Спирт используется в основном для приготовления крепких алкогольных напитков, в частности бальзамов и настоек. Его вырабатывают из пищевого сырья (картофеля, кукурузы, ржи, ячменя, проса, свеклы и т. д.).

Водка, которая является основой для приготовления многих настоек, в особенности горьких, вырабатывается из ректификованного спирта, который разбавляют мягкой водой до требуемой крепости.

Водку издавна изготавливали из отборного зерна, ржи, пшеницы и ячменя. Для придания особого вкуса и аромата ее настаивали на различных душистых растениях — корице, мяте, можжевельной и других ягодах. Некоторые сорта водки выдерживали в дубовых бочках, подслащивали медом, отдушивали ладаном, получая самые разнообразные настойки.

Еще одна русская страсть — настаивать водку на всевозможных ароматных травах и пряностях. Одно время считалось очень модным в домах русской аристократии иметь настойки «на все буквы алфавита»: от анисовой до яблочной. Данная традиция начинает возрождаться в настоящее время, когда любой уважающий себя дачник старается удивить соседей травяными, плодовыми и ягодными настойками на водке.

Как известно, настойки (как и бальзамы) бывают не только домашнего приготовления. Современная промышленность выпускает огромное количество напитков этого типа. Их принято относить к группе ликеро-водочных.

Все они в зависимости от сырья и технологии приготовления подразделяются на настойки, наливки, ликеры, пунши, десертные напитки, коктейли, аперитивы, виски и ром. В их состав входят спиртованные соки и морсы, настои и ароматические спирты, синтетические эссенции, эфирные масла, лимонная кислота, естественные и искусственные красители, а также спирт-ректификат.

Настои и ароматические спирты получают из различных трав, цветов, корней, коры, семян, содержащих ароматические, жгучие и вяжущие вещества. Для получения настоев сырье двукратно настаивают на водно-спиртовом растворе, а при приготовлении ароматических спиртов настои дистиллируют (отгон летучих веществ из ароматического сырья, залитого 50 %-м спиртом) и отбирают наиболее ароматные фракции.

Для усиления аромата настоек иногда применяют эфирные масла и синтетические душистые вещества. При недостаточной естественной кислотности в изделия обычно добавляют лимонную кислоту.

Для приготовления сладких настоек используют сахарный сироп, для увеличения вязкости бальзамов — крахмальную патоку, а для подкрашивания напитков — сахарный колер и естественные и безвредные искусственные красители.

Теперь, когда мы знаем, из чего в основном изготавливаются любимые многими согражданами настойки и бальзамы можно перейти к подробному рассмотрению и описанию их видов.

Настойки бывают нескольких видов: горькие, сладкие и полусладкие.

Горькие настойки получают настаиванием спирта на ароматических растениях (травах, корнях, цветах, плодах и корочках цитрусовых), которые придают напиткам свойственные этим растениям цвет, вкус и запах.

В отличие от разных видов водки настойки окрашены, иногда довольно-таки интенсивно, в большинстве случаев благодаря добавлению в них различных спиртовых настоев. Например, в Петровскую добавляется настой на ржанных сухарях и коньяк с небольшим количеством сахара, в Беловежскую — настои на корневище лапчатки, семени укропа, лаврового листа.

Для усиления аромата в настойки также добавляют эфирные масла, а для смягчения вкуса — до 1 % сахара. Эти настойки содержат 30–45 % спирта. К ним относятся следующие: Тминная, Перцовая, Хинная, Миндальная, Померанцевая (желтая, бесцветная), Зубровка, Зверобой, Горный дубняк, Вишневая, Украинская горилка с перцем, Черниговская горькая, Винницкая любительская, Сумская особенная, Донецкая степная и др.

Горькие настойки каждого наименования обладают характерным вкусом, цветом и запахом. Так, Горный дубняк содержит 40 % спирта и имеет светло-коричневый цвет, а также горьковатый,

слегка вяжущий привкус, сильный пряный аромат. При приготовлении в эту настойку добавляют настои на корневище дягиля, калгана, имбиря, перца, на коре дуба.

Зубровка также содержит 40 % спирта. Эта настойка имеет зеленовато-желтый цвет, жгучий вкус с ароматом травы зубровки.

Старка содержит 43 % спирта. Настойка светло-коричневого цвета. У нее мягкий, но слегка обжигающий вкус. Эта настойка с едва уловимым коньячным ароматом.

Черниговская горькая — 40 % спирта, ярко выражен аромат листьев черной смородины.

Украинская горилка с перцем — 40 % спирта, золотисто-желтого цвета, с обжигающим вкусом (в бутылки такой настойки добавляют отборные стручки красного перца длиной не более 3,5–4 см и диаметром 1,5–1,7 см).

Приводим перечень наиболее известных в нашей стране видов горьких настоек, выпускаемых промышленностью:

Адмиралтейская лайка, Анисовка, Беловежская, Волжская особая, Горилка с перцем, Лимонная, Мятная, Охотничья, Перцовка, Горный дубняк, Переяславская, Дзинтар дзидрайс, Петровская, Донская стременная, Полесская особая, Жвею, Померанцевая бесцветная, Ерофеич, Русский сувенир, Зверобой, Славутич, Зубровка, Славянская, Золотой рог, Старка, Кубанская любительская, Старокиевская, Курская белая, Черниговская, Юбилейная особая.

Особую подгруппу горьких крепких настоек составляют: Рижский черный бальзам, Русский бальзам, Москва и прочие. Они отличаются повышенной крепостью (45 %) и сложным составом. Например, Рижский черный бальзам вырабатывают из настоя целого ряда трав, малинового и черничного морса, бальзамного перуанского масла, коньяка и пр.

Для приготовления настоя бальзама используют иногда более до 15 и более видов растительного сырья.

Бальзамы используются в основном как ароматизаторы для всевозможных коктейлей (1–2 куб. см на порцию) или в качестве основы тонирующих напитков, разбавленных, например, Содовой водой или Нарзаном в 5–10-кратном соотношении.

Бальзамы возбуждают аппетит, оказывают тонизирующее действие на организм. Содержание спирта в них колеблется от 30 до 60 %.

Спиртовые настои пряных и лекарственных трав, корней, плодов, эфирных масел, на основе которых готовятся бальзамы, придают им сильный, приятный и гармоничный аромат.

Например, в состав Рижского черного бальзама помимо упомянутых выше ингредиентов входят спиртовые настои из полыни, мяты, имбиря, валерианы, цветов липы, муската.

Таджикский бальзам Шифо (слово «Таджикский» входит в название этого бальзама, также как и «Рижский» в черном рижском бальзаме) готовится с использованием настоя облепихового масла, соков шиповника и черноплодной рябины. Настой 22 лекарственных трав и ароматических растений, в том числе сосновых почек, петрушки, входят в состав Белорусского бальзама.

Среди бальзамов, выпускаемых пищевой промышленностью на территории СНГ, широко известны следующие:

Бальзам Арашан, Белорусский, Рижский черный бальзам, Казахский, Москва, Уссурийский, Русский, Шифо.

Напитки подобного типа выпускаются также и за рубежом, где они обычно называются биттерсами. Среди бальзамов зарубежного производства особенно популярны Ангостура биттерс, Пейшо биттерс (по имени аптекаря-изобретателя), Орандж биттерс и др.

Сравнительно недавно в России в продаже появился широко рекламируемый бальзам Биттнера, которому приписываются поистине фантастические целебные свойства. В состав этого чудодейственного напитка входят 24 вида лекарственных трав, морская соль и некоторые другие компоненты.

В первой главе уже упоминалось о таком напитке, как джин. Хотелось бы более подробно поговорить о нем. Джин относится к горьким настойкам и пользуется большой популярностью в странах Западной Европы и Северной Америки. Его очень редко пьют в натуральном виде. Обычно он используется в качестве одного из компонентов разнообразных коктейлей.

Готовят джин путем смешивания спирта-сырца, полученного из ржи, с эфирными маслами

ягод можжевельника и других пряных ароматических растений. Содержание спирта в джине составляет 40–50 %.

Впервые этот напиток был приготовлен на медицинском факультете Лейденского университета в Нидерландах как лечебное диуретическое средство.



В 1575 г. в Амстердаме производством джина занялась фирма Лукаса Бола, которая превратила его из лекарства в популярный напиток. Первая марка голландского джина была названа Generve (по-французски — можжевельник). Будучи англизированным, это слово с годами превратилось в «джин».

Хотя джин производится во многих странах мира, существуют всего два его вида — голландский и лондонский сухой. Голландский не используется для приготовления каких-либо блюд, а также различных смешанных напитков. Наиболее популярен сухой лондонский джин. К джину этого типа относятся: Гордонс Драй джин, Бифитер, Будлз и др.

В странах бывшего СССР производится джин типа сухого лондонского. Это — Балтийский, Капитанский и Вильнюсский джин.

Горькие слабоградусные настойки:

По сравнению с крепкими горькими настойками они слабее, содержание спирта в них не превышает 28 %.

При изготовлении этих напитков добавляют настои, обладающие жгучим острым вкусом. Например, в Имбирной настойке жгучесть вкуса достигается путем добавления настоев красного и черного перца и имбиря, а горечь — настоем калгана и кубебы. Последний настой придает напитку также камфарный, смолистый привкус и аромат. К горьким слабоградусным настойкам относятся:

Имбирная, Киевская, Листопад, Стрелецкая, Полевая, Украинская степная.

Сладкие настойки изготавливают купажированием спиртованных морсов, реже соков, с добавлением спирта, сахара, лимонной кислоты, патоки, пищевых красителей и воды. Они содержат 16–24 % спирта, 15–30 % сахара, 18–23 % общего экстракта и 0,18–0,8 % кислоты. Эти

напитки известны в России с XVII в. и очень похожи на наливки, но отличаются от них, главным образом, меньшим содержанием сахара.

К сладким настойкам относятся:

Абрикосовая, Апельсиновая, Брусничная, Вишневая, Ежовичная, Нежинская рябина, Нежная, Огонек, Облепиховая, Голубичная, Рябина на коньяке, Терновое, Лимонная, Уральская, Любительская, Черемуховая, Клюквенная, Кофейный аромат, Яблочная, Янтарь.

В других странах, особенно во Франции, популярны сладкие анисовые настойки, ставшие как бы заменителем когда-то известной полынной настойки Абсента. Из анисовых настоек наиболее известны Перно, Рикар, Морандин, Берже. Французы не пьют анисовые настойки в натуральном виде. Их принято разбавлять холодной водой, взятой в 5-7-кратном количестве.

Обычно сладкие настойки получают не только наименованием тех же плодов и ягод, из которых изготовлен морс, но и вкус, запах, реже цвет этих ягод и плодов. Так, Апельсиновая настойка имеет оранжевый цвет, сладкий вкус, небольшую горечь и аромат апельсина; Яблочная — желтый цвет с золотистым оттенком, кисло-сладкий вкус и аромат яблока. Исключение составляет настойка Отличная, которая не имеет характерной для большинства подобных напитков окраски (она совершенно бесцветная). Обладает слегка обжигающим вкусом, привкусом и запахом тмина.

К полусладким настойкам, которые по сравнению со сладкими имеют большую крепость (30–40 %) и меньшее содержание сахара (9-10 %), относятся Рябиновая, Вишневая, Таежная, Янтарная. Они содержат 25–40 % спирта, 4,5-10 % сахара и имеют кисло-сладкий вкус. Обычно эти напитки готовятся на спиртованных соках, морсах и настоях. Сюда относятся Паланга, Дайнава, Воверайт и Ужуовая.

Полусладкие слабоградусные настойки отличаются пониженной крепостью (20–28 %) и несколько меньшим содержанием сахара (от 4 до 10 %). Для полноты вкуса в них добавляют соки и морсы из ягод и фруктов, а в настойки, приготовленные на настоях и эфирных маслах различных растений, — сахар и лимонную кислоту. К полусладким слабоградусным настойкам относятся Лесная сказка, Рябинка, Восточная, Южная, Суздальская.

Особой разновидностью сладких настоек являются наливки. Они изготавливаются по той же технологии, что и сладкие наливки: путем смешивания спиртованных соков и морсов из свежих плодов и ягод, спирта высшей очистки, сахарного сиропа, лимонной кислоты и воды. От сладких настоек наливки отличаются особенностями приготовления (применением для настоек ароматных спиртов), а также меньшей крепостью и более сладким и мягким вкусом.

Наливки отлично сохраняют цвет, вкус и аромат плодов и ягод, из которых изготовлены морсы. В них содержится 18–20 % спирта, 28–40 сахара, 30–42 % общего экстракта и 0,20-0,45 % кислоты. Большое количество сахара (40 %) — в наливках Вишневой, Клубничной, Запеканке украинской, Спотыкаче украинском и небольшое (всего 28 %) — в Десертной.

В продажу поступают наливки следующих наименований: Айвовая, Вишневая, Запеканка украинская, Спотыкач украинский, Сливянка украинская, Золотая осень, Кизиловая, Курортная, Украинская, Вишневая и другие.

В состав Спотыкача украинского входят спирт высшей очистки, вишневый сок, настои гвоздики и корицы, черносливовый морс. Содержит 20 % спирта, имеет темно-вишневый цвет, кисло-сладкий вкус, ярко выраженный аромат чернослива дымовой сушки и вишни.

Сливянка украинская изготавливается из сливового сока, черносливового и черничного морсов. Она имеет крепость 18 %, красновато-коричневый цвет, тонкий аромат слив.

Запеканка украинская готовится из спирта высшей очистки, вишневого сока и черносливового морса. Имеет крепость 20 %, темно-вишневый цвет, обладает ароматом вишни и легким привкусом чернослива.

Название наливки может многое рассказать о напитке, в частности о его вкусовых и ароматических качествах и свойствах. Например, наливка Вишневая имеет темно-вишневый цвет, кисло-сладкий вкус, запах свежей вишни.

Северная наливка содержит 20 % спирта и 40 % сахара. Она имеет пунцово-красный цвет, кисло-сладкий вкус, запах клюквы. Кофейный аромат (соответственно 20 и 24 %) имеет темно-

коричневый цвет и сильный аромат кофе.

Рябиновая на коньяке (24 и 16 %) — цвет коричнево-красный, кисло-сладкий вкус, сильный аромат рябины. Нежинская рябина (24 и 8 %) и Южная (28 и 5 %) — бесцветные настойки. Последняя имеет мягкий вкус, нежный аромат с апельсиновыми тонами.

Если наливки используются в основном как ликеры (то есть для приготовления различных коктейлей и других смешанных напитков, а также в качестве добавок в чай или кофе), то настойки применяются по-разному. Горькие настойки — так же, как водка, а сладкие — как ликеры и наливки.

Думаем, что вышеприведенное описание различных видов настоек, наливок и бальзамов станет для вас стимулом для приобретения одного из этих напитков. Ведь они не только могут порадовать ваших гостей на любом домашнем застолье, но и обладают замечательной способностью избавлять от различных недугов. В частности доказано, что бальзамы могут использоваться как лечебные и профилактические средства при простудных заболеваниях, а также снимают нервное напряжение.

Однако не стоит очень увлекаться этими напитками в качестве лекарственных средств. Особенно это касается бальзамов, свойства которых до сих пор окончательно так и не исследованы медиками. Кроме того, избегайте приобретения этих средств у лиц, не имеющих лицензию на изготовление и продажу подобных напитков. Велика опасность подделки, так как существует огромное количество людей, считающих себя специалистами по изготовлению настоек и бальзамов в домашних условиях, напитки на самом деле ничем не отличаются от обыкновенного самогона. Так что если хотите быть всегда здоровыми и веселыми, приобретайте настойки и бальзамы в магазинах и аптеках города.



ГЛАВА 3. ТРАВЯНАЯ ПАНАЦЕЯ

Наверное, излишне напоминать вам о целебных свойствах домашних и аптечных настоек и бальзамов. Они могут прописываться врачами для лечения самых различных заболеваний. Но

большинство из них совершенно не требуют рецепта врача, и, если какая-то хворь вдруг застала вас врасплох, можно воспользоваться бальзамами и настойками самостоятельно. Но делать это в любом случае следует очень осторожно, потому что бальзамы и настойки нельзя употреблять в большом количестве (нужно знать дозу). Именно лечебным свойствам бальзамов и настоек посвящена эта глава, из которой вы сможете почерпнуть массу новой и полезной информации.

Все привыкли думать, что бальзамы и настойки нужно употреблять в том виде, в каком они продаются. Однако это вовсе не обязательно. Поскольку и те и другие представляют собой довольно концентрированные препараты, то их можно добавлять в чай или кофе, разводить водой, готовить разные целебные напитки (не говоря уже об употреблении их в пищу).

Из предыдущей главы вы узнали, по какой технологии делают бальзамы и настойки, какие компоненты могут в них входить. В их состав входят разные (если не сказать — все) лечебные травы.

Сейчас в аптеках представлен большой ассортимент различных настоек и бальзамов. Иногда очень сложно сделать правильный выбор — от изобилия напитков просто глаза разбегаются. Прежде чем найдешь то, что действительно подходит и помогает лучше всего, перепробуешь не один препарат. Перепробовать — не означает пить все настойки или бальзамы подряд.

А так как в состав бальзамов и настоек входят разные травы, то по лечебным свойствам этих растений можно определить, какое воздействие оказывают напитки. Необходимо внимательно прочитать их состав, знать свойства и из множества настоек (бальзамов) выбрать то, что вам нужно.

Большинство настоек включают в свой состав один или несколько видов трав, и понять их назначение не представляет особого труда. А вот что касается бальзамов, то здесь дело обстоит сложнее, поскольку они приготовлены на основе спиртовых настоев пряных и лекарственных трав, кореньев, плодов, которые, в свою очередь, могут состоять из нескольких целебных растений одновременно.

Мы постараемся помочь вам и дать полезные советы относительно употребления бальзамов и настоек для лечения разных заболеваний.

НАСТОЙКИ

Хороши тем, что некоторые из них можно приготовить в домашних условиях. Но для этого следует заблаговременно либо приобрести все необходимые компоненты либо в аптеке, самостоятельно заготовить. В зависимости от растений, входящих в состав настоек, последние и получают свое наименование.

БЕРЕЗОВАЯ НАСТОЙКА — пользуется большой популярностью. Ее можно приготовить в домашних условиях. Березовые почки разотрите в ступке и залейте спиртом из расчета 1 часть по весу почек на 5 частей спирта. Спустя неделю настойка готова к употреблению. В качестве самостоятельного лекарства спиртовую настойку принимают по 1 ст. л. 3 раза в день при мигрени и атеросклерозе.

Но все же чаще спиртовую настойку используют как наружное средство, например при лечении экземы. Процедура заключается в следующем: больную часть тела (кисть, стопа) погружают в горячую ванну с максимально высокой температурой, которую может выдержать больной. Если вы страдаете варикозным расширением вен или гипертонией, то ванна не должна быть очень горячей. В ванну добавляют спиртовую настойку из расчета 10 мл на литр воды. Продолжительность процедуры не более 30 минут. После ванны пораженные участки кожи не надо вытирать. Дайте им высохнуть. Если пораженный участок находится на туловище, то лучше делать горячие примочки (компрессы) в течение часа из того же расчета настойки. Спустя час после ванны рекомендуется наложить мазь из березовых почек. Для этого в нагретый до температуры плавления ланолин добавьте с избытком спиртовую настойку. Ланолин сам возьмет в себя столько настойки, сколько нужно, а излишки надо слить. Продолжительность лечения в среднем 15–20 дней. Почти у всех больных после нескольких процедур исчезает зуд, ткани быстро восстанавливаются.



Спиртовая настойка березы — прекрасное противовоспалительное средство. Если рану на теле обработать этой настойкой, рана не будет гноиться. Хорошо применять настойку также при лечении хронических язв и пролежней.

Многим досаждают грибковые заболевания. Для борьбы с ними успешно применяется следующее средство. Возьмите в равных частях почки березы и черного тополя, измельчите и одну часть смеси настаивайте на 10 частях спирта в течение 2 недель в темном теплом месте, например в шкафу (настойку периодически встряхивайте).

Помимо ярко выраженных антибактериальных свойств, спиртовая настойка березовых почек обладает и обезболивающим действием, поэтому ее целесообразно использовать при отите, острой зубной боли. В первом случае березовые почки настаивают на 70 %-м спирте в соотношении 1:10 в течение 2 месяцев. Настойку надо закапывать в ухо в теплом виде (37 °С) 3 раза в день после тщательного туалета ушей. Один раз в день этой настойкой следует промывать ушную раковину. Лечение проводится в течение 10–15 дней. Затем делается перерыв на 1 день и проводится повторный курс. И так до полного выздоровления.

При острой зубной боли 1 ст. л. спиртовой настойки разведите в стакане теплой воды и полощите рот.

Для тех, кто часто болеет ангиной, можно посоветовать такое полоскание: 1 ст. л. травы зверобоя залейте стаканом кипятка. Настаивайте на кипящей водяной бане в плотно закрытой посуде в течение 15 минут, затем еще 45 минут при комнатной температуре. Процедив, добавьте в отвар 30 капель спиртовой настойки березовых почек и полощите горло 2–3 раза в день. На одно полоскание достаточно 0,5 стакана настойки.

НАСТОЙКА БОЯРЫШНИКА — употребляется при заболеваниях сердца, а также при лечении простудных заболеваний. Для лечения необходимо принимать по 10 капель настойки на стакан воды дважды в день. Курс лечения — 7 дней. Употребление настойки боярышника

усиливает сокращение сердечной мышцы и в то же время уменьшает ее возбудимость, стимулирует кровообращение в сосудах сердца и мозга, нормализует ритм сердечной деятельности, способствует снижению кровяного давления, улучшает общее состояние организма. Настойка назначается людям с тахикардией и аритмией, при неврозах, а также при грудной жабе. Доказано также, что употребление настойки боярышника снижает уровень холестерина в крови, нормализует деятельность щитовидной железы. Настойка эффективна при лечении атеросклероза.

НАСТОЙКА БОЛИГОЛОВА — пользуется большой популярностью. Ее основное лечебное свойство направлено на лечение и профилактику раковых заболеваний. Настойку болиголова в качестве профилактического средства рекомендуется употреблять людям, которые страдают доброкачественными опухолями — миомой матки, мастопатией, аденомой предстательной железы. Эту настойку можно приготовить в домашних условиях. Собранные в начале июня молодые побеги и соцветия измельчите. Полученной зеленой смесью наполните литровую банку на 1/3. Залейте доверху водкой или чистым спиртом, плотно закройте и поставьте на 10–15 дней в темное прохладное место. Настойку периодически надо взбалтывать.

Принимать настойку можно уже на третий день. Ее следует пить раз в сутки, начиная с 1 капли, за час до еды, ежедневно увеличивая дозу на 1 каплю. Максимальная доза не должна превышать 40 капель. Передозировка настойки может привести к появлению тошноты, головокружению, общей слабости. В этом случае нужно сразу же прекратить увеличение дозы. Наоборот, следует снизить ее до 1 капли. А потом — снова наращивать до предельно допустимой дозы. Настойку болиголова нужно всегда разбавлять водой: до 13 капель — 100 мл воды, от 13 до 26–150 мл воды, от 26 до 40–200 мл воды.

Для очень ослабленных людей дозу ежедневно следует по 1 капле увеличивать до 15–18 капель, затем же переходить на снижение.

НАСТОЙКА ВАЛЕРИАНЫ — пользуется большой популярностью у представительниц женского пола, которые по поводу и без такового прибегают к помощи валерьянки. А тем временем валерьянка имеет противопоказания, о которых нужно постоянно помнить. Если ею злоупотреблять, то она сильно угнетает нервную систему и органы пищеварения, может вызвать тошноту, головную боль, нарушить сердечную деятельность. Поэтому увлекаться этим средством не стоит. В целом настойка корня валерианы применяется при нервном возбуждении, неврозах сердца, спазмах желудка и кишечника. Для лечения необходимо принимать от 10 до 20 капель настойки на стакан воды. Настойка валерианы оказывает разностороннее действие на организм. Помимо влияния на центральную нервную систему, валериана является также ветрогонным, противоглистным средством, улучшает пищеварение. Небольшая доза валериановой настойки (5–10 капель на стакан воды) помогает при головной боли нервного происхождения, а также при истерии, душевных переживаниях, учащенном сердцебиении и бессоннице. Настойка используется и для лечения таких недугов, как воспаление легких, скарлатина, мигрень, заболевания щитовидной железы.

НАСТОЙКА ПУСТЫРНИКА — отличное успокаивающее средство при нервных заболеваниях и при гипертонии. Принимать ее следует по 20–30 капель на стакан воды 3 раза в день перед едой. Настойка является также эффективным средством при сердцебиении, головной боли, одышке, малокровии, при желудочно-кишечных коликах, астме, болезненных менструациях.

НАСТОЙКА ЖЕНЬШЕНЯ — ее рекомендуется употреблять при неврозах, неврастении, общем упадке сил, заболеваниях щитовидной железы. Препарат применяется по 15–20 капель на стакан воды 3 раза в день до еды. В первые 10 дней назначается половинная доза. Курс лечения — 30–40 дней. Рекомендуется провести 2–3 курса с перерывами между курсами в 2–3 недели.

Помимо настойки женьшень входит в состав многих бальзамов. Учеными доказано, что препараты с содержанием жень-шеня действуют на различные функции организма, повышают иммунитет, а соответственно и сопротивляемость организма болезнетворным микробам. Эти препараты (настойка и бальзам) возбуждают деятельность центральной нервной системы, усиливают обмен веществ, восстанавливают силы и работоспособность, снимают усталость после умственной и физической деятельности, улучшают аппетит, стимулируют дыхание, деятельность эндокринной и половых желез, помогают при сердцебиении и т. д.



Действие препаратов, содержащих женьшень, универсально, но не надо забывать и о том, что применение «лекарства от всех недугов» в больших дозах может привести к нежелательным результатам, поэтому консультация лечащего врача не помешает.

НАСТОЙКА ЛИМОННИКА — применяется при нервных расстройствах, обостряет зрение и уменьшает светобоязнь, улучшает сердечно-сосудистую деятельность при гипертонии (повышает кровяное давление), способствует быстрому восстановлению сил, улучшает работу печени; полезна при желудочно-кишечных заболеваниях. Настойка применяется натощак или через 4 часа после приема пищи. Противопоказана при бессоннице, нервном возбуждении и хронических заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Настойка применяется по 20–30 капель на стакан воды 3 раза в день.

НАСТОЙКА БАГУЛЬНИКА — используется для лечения бронхитов, бронхиальной астмы, ревматизма, а также как успокоительное, при простуде, подагре и как мочегонное средство. Применяется по 10–15 капель 3 раза в день.

НАСТОЙКА КЛЮКВЫ — применяется при гипертонической болезни, а также при лечении гастрита с пониженной кислотностью по 10 капель на стакан воды 3 раза в день до еды.

НАСТОЙКА КРАСНОЙ РЯБИНЫ — употребляется при желудочных заболеваниях, как мочегонное средство, при расстройствах женской мочеполовой системы по 10–15 капель на стакан воды 3 раза в день.

НАСТОЙКА ПОЛЫНИ — употребляется для возбуждения аппетита, усиливает пищеварение, стимулирует деятельность желудка и кишечника, повышает кислотность желудка, избавляет от изжоги, метеоризма, а также убивает вредных кишечных микробов и паразитов. Она незаменима при гипертонии и болезни почек, печени. Настойка применяется по 20 капель на стакан воды 3 раза в день.

НАСТОЙКА ШИПОВНИКА — используется при таких заболеваниях, как неврастения,

атеросклероз и туберкулез легких, цистит и болезни щитовидной железы. Эту же настойку можно применять для восстановления сил после приема антибиотиков. Применяется настойка по 10–15 капель на стакан воды 3–4 раза в день. Шиповник входит в состав и других сборных настоек. Общее действие подобных настоек — желчегонное и стимулирующее средство, восстанавливающее деятельность половых желез, уменьшающее проницаемость стенок кровеносных сосудов. Настойки и бальзамы, в состав которых входит шиповник, можно смело употреблять с целью повышения сопротивляемости организма инфекционным заболеваниям и усиления защитной функции организма.

НАСТОЙКА ЛИПОВОГО ЦВЕТА — применяется при инфекционных заболеваниях, головной боли, а также заболевании почек, мочевого пузыря по 10–15 капель на стакан воды 2–3 раза в день. При обмороживании или головной боли приложите к коже полотняную салфетку, смоченную в растворе липовой настойки (30 капель настойки на стакан теплой воды). При обморожении настойку нужно растворять в теплой воде.

НАСТОЙКА КАЛЕНДУЛЫ — пользуется большой популярностью при лечении многих болезней. Она употребляется при лечении заболеваний печени, селезенки, язвах и спазмах желудка и кишечника, при рахите, гастритах, а также при разных кожных заболеваниях.

Для употребления внутрь 10–40 капель настойки разводят в стакане воды. Полученную смесь следует применять 2–3 раза в день.

Для лечения кожных заболеваний (различных кожных высыпаний аллергического и воспалительного характера), для избавления от угревой сыпи можно применять согревающие и очищающие компрессы (1–2 ст. л. настойки на стакан теплой воды) и протирать кожу ватным тампоном, смоченным в настойке.

НАСТОЙКА КРАПИВЫ — служит ценным источником витамина С. Применяется по 20–30 капель на стакан воды для лечения ревматизма и радикулита, при заболеваниях щитовидной железы, при обильных и болезненных менструациях, при нарушении менструального цикла.

НАСТОЙКА ЧИСТОТЕЛА — ее можно использовать не только для лечения заболеваний внутренних органов (желудочно-кишечного тракта, мочеполовой сферы), но и эффективно применять и наружно, для лечения заболеваний кожи (таких, как бородавки, дерматозы, псориаз и др.).

Для приема внутрь нужно развести 20–30 капель настойки в стакане воды и принимать 3 раза в день.

Для лечения кожных заболеваний можно использовать раствор настойки в воде (1:3) в качестве компрессов на пораженные участки кожи. При угревой сыпи можно протирать кожу лица ватным тампоном, смоченным в настойке.

Настойку вы сможете приготовить сами в домашних условиях. Осенью, когда растение даст стручки семян и они затвердеют, возьмите кустик целиком, почистите его (но не мойте) и пропустите через мясорубку. Сложите сырье в эмалированную посуду, поставьте в холодильник на сутки. Затем сок отожмите и смешайте его с 50 мл спирта. Дважды в день обрабатывайте смесью пораженные места. Сначала вы заметите покраснение участков кожи, обработанных настойкой, в последующие дни будет наблюдаться уменьшение красноты и постепенное заживление ранок. Хранить такую настойку нужно в бутылке из темного стекла на нижней полке холодильника.

Чистотел обладает также противоопухолевым действием, поэтому настойку на основе этого растения и бальзамы, в состав которых оно входит, широко используют для лечения онкологических заболеваний. Для приготовления настойки воспользуйтесь таким рецептом: 100 г сухой измельченной травы чистотела и такое же количество измельченного корня чемерицы залейте 0,5 л водки, поместите в бутылку из темного стекла и плотно закройте крышкой. Настаивайте 8 дней в темном прохладном месте, изредка взбалтывая. Затем сырье отожмите, настойку процедите. Прием лекарства начинайте с 1 капли настойки на 0,5 стакана воды 3 раза в день. Затем дозу постепенно увеличивайте до 1 ст. л. на полстакана воды.

НАСТОЙКА КОРНЕЙ И ЛИСТЬЕВ ЛОПУХА — используется в основном для лечения заболеваний кожи. Раствор настойки лопуха (10 капель на стакан воды) уменьшает и рассасывает



утолщения и воспаления шпор на ногах. Компрессы из горячего раствора рекомендуется прикладывать на ночь на несколько часов. Эту же настойку можно втирать в кожу головы при истощенных волосах, жирной себорее и перхоти.

НАСТОЙКА АЛОЭ — рекомендуется применять внутрь при заболеваниях дыхательных путей, при общей слабости после перенесенных инфекционных заболеваний, при истощении и головных болях. С этой целью 10–15 капель настойки нужно развести в стакане теплой воды и применять 2–3 раза в день. Настойка алоэ употребляется также для лечения угревой сыпи при жирной коже. В этом случае можно делать компрессы с раствором: 20 капель на стакан теплой кипяченой воды. А можно протирать лицо смоченным в настойке ватным тампоном.

НАСТОЙКА ЗВЕРОБОЯ ПРОДЫРЯВЛЕННОГО — очень эффективное средство для лечения многих заболеваний. Рекомендуется применять настойку зверобоя по 20–30 капель на стакан теплой воды 2–3 раза в день до или после еды. Настойка зверобоя и бальзамы, в состав которых входит зверобой, употребляются как вяжущие, противовоспалительные и антисептические средства, способствующие быстрому восстановлению поврежденных тканей. Препараты назначают внутрь при воспалительных процессах желудочно-кишечного тракта. Раствор настойки используется также для полоскания рта и лечения десен при воспалениях.

Препараты, содержащие зверобой, обладают противоглистным действием.

Настойка зверобоя применяется для лечения различных кожных заболеваний. Например, для лечения перхоти при жирной себорее и тонких ломких волосах нужно развести 30–40 капель в 1,5 л теплой воды. После мытья головы в течение 10 минут массажными движениями втирать в кожу головы и ополаскивать в этом растворе волосы. После применения настоя волосы мыть не следует.

Эта же настойка может привести к положительным результатам при лечении угревой сыпи

при жирной коже лица, если протирать кожу ватным тампоном, смоченным в растворе настойки в кипяченой воде (1:3). Можно перед очисткой кожи накладывать согревающие компрессы из того же раствора на лицо.

НАСТОЙКА МАТЬ-И-МАЧЕХИ — применяется при заболеваниях органов дыхания: туберкулезе легких, воспалении легких, бронхите, бронхиальной астме и других. Употребление настойки по 10–15 капель на стакан теплой кипяченой воды 2–3 раза в день (с утра натощак и вечером перед сном) успокаивает кашель и способствует обильному выделению мокроты. Курс лечения — месяц (при необходимости лечение можно повторить). Настойку можно применять для профилактики простудных заболеваний.

ОБЛЕПИХОВАЯ НАСТОЙКА — о лечебных свойствах облепихи известно практически всем. Настойка нашла широкое применение в медицине: она используется для уменьшения и прекращения болей при различных воспалительных процессах, для быстрого заживления ран, ускорения грануляции и эпителизации тканей. Наружно водный раствор настойки рекомендуется применять при кожных заболеваниях, долго не заживающих ранах, при лечении гинекологических заболеваний. При кожных заболеваниях облепиховую настойку следует применять в виде согревающих и снимающих воспаление компрессов. Для этого необходимо развести 2–3 ст. л. настойки в 0,5 л теплой кипяченой воды, смочить в полученном растворе марлевую повязку с ватной прокладкой и наложить на пораженный участок кожи, а поверх него — теплую полотняную салфетку и целлофановую пленку. Компресс можно оставить на ночь. Настойка облепихи употребляется при ожогах кожи.

Внутри настойка облепихи используется при различных авитаминозах (облепиховая настойка является эффективным поливитаминным средством), язвенной болезни пищевода и желудка.

Эту же настойку можно применять для лечения угрей, прыщей на коже лица, для снятия воспаления на нежной чувствительной коже, для избавления от аллергических высыпаний и при кожном зуде. Для этого нужно разводить настойку облепихи по 20–30 капель на стакан воды.

НАСТОЙКА ТЫСЯЧЕЛИСТНИКА — применяется при хронических желудочно-кишечных заболеваниях, гастритах, язвенных болезнях, нарушении пищеварения, геморрое, болезни почек. 10–15 капель настойки на стакан теплой кипяченой воды помогут в лечении вышеперечисленных заболеваний, если пройти полный курс лечения (2–3 месяца).

Настойка тысячелистника и ромашки употребляется для примочек на гнойные раны и в качестве компрессов (20 капель настойки на стакан горячей воды), а также употребляется внутрь при склонности к камнеобразованию и как потогонное средство. Для этого нужно употреблять настойку по 10–15 капель на стакан воды 2 раза в день — утром натощак и вечером перед сном.

НАСТОЙКА РОМАШКИ АПТЕЧНОЙ — употребляется внутрь для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта: при хронических гастритах, желудочных коликах. Настойка применяется в следующей пропорции: 10–15 капель на стакан теплой кипяченой воды 3 раза в день.

Настойка является эффективным средством при лечении кожных воспалений. Угревая сыпь и подростковые прыщи излечиваются путем протирания кожи лица ватным тампоном, смоченным в настойке ромашки. С этой же целью можно применять согревающие и очистительные компрессы с раствором 30 капель настойки в стакане воды.

Вообще, ромашка широко употребляется как лечебное средство при болезнях кожи головы. Ватным тампоном, смоченным в настойке, можно протирать кожу головы для избавления от перхоти при жирной коже головы, а заодно для легкого осветления волос.

Мы назвали большинство настоек, которые считаются основными, потому что приготовлены из самых распространенных трав, произрастающих в средней полосе России. Некоторые из настоек вы можете сделать и сами в домашних условиях, причем при приготовлении некоторых настоек можно использовать не одну, а две-три основные травы, которые имеют сходное влияние на организм: в этом случае действие настойки будет во много раз эффективнее.



БАЛЬЗАМЫ

Теперь поговорим о бальзамах. Обычно они редко готовятся в домашних условиях, потому что для изготовления бальзама требуется особая технология: иногда специальные (лабораторные) условия и малодоступные ингредиенты. К тому же зачем делать бальзам дома, когда можно купить его в любой аптеке?! Но тем не менее некоторые бальзамы вполне возможно приготовить самостоятельно.

Бальзамы оказывают разностороннее лечебное действие и способны вылечить от многих болезней. Но почти все они противопоказаны беременным женщинам и кормящим матерям, в ограниченном количестве — детям. О дозировке, показаниях к применению и противопоказаниях нужно внимательно читать в инструкции по употреблению или в специальной литературе. И прежде чем употреблять любой бальзам, следует проконсультироваться с врачом.

В основном все бальзамы имеют приятный вкус и рассчитаны на употребление вместе с чаем или кофе. Но можно применять их и самостоятельно (запивая водой как обычное лекарство).

БАЛЬЗАМ «БИТТНЕР»

Уже каждый гражданин благодаря рекламе знает о бальзаме «Биттнер».

Реклама очень расхваливает нам этот бальзам, а что он представляет из себя на самом деле? Бальзам «Биттнер» в действительности способен на многое. Его основное и главное воздействие на человеческий организм проявляется в том, что он способствует повышению иммунитета и общей защитной функции организма, оказывает лечебное воздействие при обострении хронических заболеваний. Эти свойства позволяют применять бальзам во время простудных заболеваний различного характера. Его рекомендуют пить также с целью восстановления функций всего организма после перенесенных тяжелых заболеваний. Бальзам можно употреблять и как профилактическое средство, укрепляющее иммунитет и повышающее сопротивляемость

организма всем болезням.

Бальзам «Биттнер» — довольно дорогое удовольствие, но он того стоит: сколько недугов отступят, если в вашей домашней аптечке окажется этот напиток! Его можно использовать и в качестве добавок при водных процедурах. Очень полезна лечебная ванна с добавлением бальзама (1 мл бальзама на 1 л воды). Ванна оказывает расслабляющее и тонизирующее действие, а также снимает кожные воспаления. Если такие ванны принимать регулярно в течение длительного времени, то возможно излечить некоторые кожные заболевания.

Самыми распространенными бальзамами считаются следующие:

«ПЕРВОПРЕСТОЛЬНЫЙ БАЛЬЗАМ» — оказывает общеукрепляющее действие на организм, повышает его защитные функции и сопротивляемость инфекционным болезням.

«АЛТАЙСКИЙ БАЛЬЗАМ» — применяется для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта: язвенной болезни, гастрита, повышенной или пониженной кислотности желудка. В отличие от других бальзамов (ведь все они приготовлены на спирту и являются алкогольными напитками средней крепости) в состав этого бальзама входят лечебные травы, которые делают его эффективным средством при желудочных коликах, воспалениях и расстройствах.

«КЕДРОВЫЙ БАЛЬЗАМ», «ПИХТОВЫЙ БАЛЬЗАМ» — в основном применяются для полоскания полости рта. Оказывают вяжущее, противовоспалительное действие.

«РИЖСКИЙ ЧЕРНЫЙ БАЛЬЗАМ», содержит множество лечебных трав (полынь, мята, валерьянка, липа и др.) и оказывает комплексное воздействие на человеческий организм. Этот бальзам рекомендуется применять при заболеваниях простудного характера, а также при нервных расстройствах, бессоннице.

ТАДЖИКСКИЙ БАЛЬЗАМ «ШИФО» изготовлен из натуральных соков шиповника, черной рябины, содержит облепиховое масло и другие полезные растительные компоненты. Бальзам «Шифо», как и многие другие бальзамы, оказывает укрепляющее действие на организм, помогает восстановить силы организма после перенесенных тяжелых заболеваний, в том числе операций (но тогда обязательно следует проконсультироваться с лечащим врачом), повышает иммунитет и защитные функции организма.

«БЕЛОРУССКИЙ БАЛЬЗАМ» считается укрепляющим и восстанавливающим силы средством. Трава петрушки, входящая в состав этого бальзама, способствует улучшению пищеварения, понижению уровня кислотности.

ГЛАВА 4. ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ КРАСИВОЙ

Издавна женщины пользовались различными масками, отварами, приготовленными с добавлением бальзамов, настоек. Считалось, что подобные маски обладают лечебным эффектом, поэтому эти спиртные напитки были предпочтительнее всех остальных (ведь основное предназначение всех бальзамов и настоек — лечение).

Многие рецепты прошли проверку временем, поскольку используются с древнейших времен. С некоторыми из них, наиболее эффективными, вы познакомитесь в этой главе.

МАСКА ВИТАМИННАЯ

Разотрите 50 г творога, добавьте в него 1 яичный белок, 1 ч. л. меда и 1 ч. л. любого бальзама. Все компоненты следует хорошо перемешать и тонким слоем нанести на лицо на 20 минут. По истечении этого срока смойте маску теплой, а затем холодной водой.

Эту процедуру можно делать 1 раз в неделю.

МАСКА ВЕСЕННЯЯ

Весной кожа начинает испытывать особую потребность в витаминах. Нехватка витаминов выражается в покраснении и шелушении кожи. Поэтому данная маска придется как нельзя кстати.

Возьмите 1 желток, перемешайте его с 1 ч. л. измельченного лука, добавьте туда немного меда и 1 ч. л. огуречной настойки. Эту маску нанесите на кожу лица и шеи и прилягте на 15–20 минут. Потом смойте маску теплой водой. И вбейте питательный крем.

Эту процедуру рекомендуется повторять через неделю.



ЛИМОННАЯ МАСКА

Эту маску хорошо делать зимой и весной, так как она очень богата различными витаминами.

Натрите на терке 1 яблоко, 1 морковь, добавьте к ним сок одного лимона и 1 ст. л. настойки из одуванчиков. Все хорошо перемешайте, сок отожмите и протирайте им лицо как лосьоном. Такой сок следует хранить в холодильнике.

Кашицу, оставшуюся после отжима сока, можно использовать как основу для маски. Для этого в кашицу добавьте яичный белок, все перемешайте, затем нанесите смесь на лицо. Через 10–15 минут смойте теплой, потом холодной водой.

Эту маску можно делать 1 раз в неделю.

МАСКИ ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

1. Натрите сырой картофель на терке. Примерно 1 ст. л. тертого картофеля смешайте с 1 ст. л. растительного масла. В полученную смесь влейте 1 ч. л. любого бальзама или 1 ст. л. сиреневой настойки. Эту маску нанесите на лицо, через 20 минут смойте ее теплой, потом холодной водой.

Эту маску рекомендуем делать 1 раз в 5 дней.

2. Увлажнить сухую кожу вы можете и при помощи такой маски. Возьмите 1 яичный белок, смешайте его с 1 ст. л. репейного масла. Добавьте туда немного овсяной каши, сваренной на воде. Все перемешайте и влейте 1 ст. л. огуречной настойки. После этого маску нанесите на лицо, а через 15–20 минут смойте водой комнатной температуры.

Эту маску можно делать 1 раз в неделю.

3. Прекрасным увлажняющим и одновременно питающим средством является следующая маска. Отварите картофелину, разомните ее с яичным белком. Натрите на терке 1 морковь, выжмите из нее сок и перемешайте его с 1 ст. л. лимонной настойки. Теперь соедините все ингредиенты и нанесите маску на лицо и шею. Через полчаса смойте маску теплой, а потом

холодной водой.

Эту процедуру следует повторять через 5–7 дней.

4. Для питания и увлажнения чувствительной кожи вы можете использовать и такую маску. Залейте 1 ст. л. аптечной ромашкой 30 мл яблочной настойки, доведенной до кипения, перемешайте компоненты и дайте смеси немного остыть. Затем добавьте 1 ч. л. меда, вновь все перемешайте и равномерно нанесите на кожу лица и шеи, оставьте на 15–20 минут, после чего умойтесь теплой водой. В конце ополосните лицо холодной водой или протрите кусочком льда.

5. Обладательницам сухой кожи можем порекомендовать витаминную маску, которая придется как нельзя кстати весной.

Заварите 2 ст. л. аптечной ромашки в 50 мл горячей яблочной настойки, дайте этому отвару настояться в течение 15 минут. Потом его процедите и используйте в качестве лосьона для протирания кожи. А кашичу от отвара смешайте с 1 белком и 1 ст. л. сметаны. Эту маску надо наносить на предварительно очищенную кожу. Оставьте маску на 15 минут, а затем умывайтесь прохладной водой.

Эту маску можно делать 1 раз в 5 дней.

6. Хорошим питательным эффектом обладает и следующая маска. Для ее приготовления вам необходимо залить 1 ст. л. ржаных или пшеничных отрубей 30 мл горячей клюквенной настойки. Дайте смеси настояться в течение 15 минут (чтобы отруби разбухли). Потом в эту массу добавьте 1 ст. л. облепихового масла, перемешайте, нанесите на лицо и оставьте на 15–20 минут, после чего умойтесь теплой, затем холодной водой.

Эти процедуры можно проводить 1 раз в неделю.

Для питания сухой кожи вы можете также использовать различные овощные и фруктовые маски с добавлением настоек и бальзамов. Вот несколько рецептов подобных масок.

КАПУСТНАЯ МАСКА

Для приготовления маски мелко нарежьте капусту, потом залейте ее 1 ст. л. бальзама. Эта масса должна настояться 20 минут, затем в нее следует добавить отваренную картофелину. Все компоненты тщательно разомните и перемешайте до получения однородной массы. Эту смесь нанесите на кожу лица на 20 минут, затем смойте теплой, в конце холодной водой.

Эту маску необходимо делать несколько раз в неделю.

КАРТОФЕЛЬНАЯ МАСКА

Помимо способности питать сухую кожу данная маска обладает еще и успокаивающим действием.

Для ее приготовления отварите картофелину в молоке. Разомните ее и смешайте с 1 ст. л. клюквенной настойки, после этого добавьте 1 ст. л. кефира. Все компоненты перемешайте, нанесите смесь на кожу лица и оставьте на 15 минут. Затем маску удалите при помощи ватного тампона и умойтесь прохладной водой.

Для достижения положительного результата такую маску рекомендуется делать не менее двух раз в неделю.

ДРОЖЖЕВАЯ МАСКА

Питательная дрожжевая маска не только насыщает кожу необходимыми ей веществами, но и делает ее гладкой и эластичной. Она обладает полирующим свойством.

Для ее приготовления вам потребуется 25 г кефира, 10 г дрожжей и 1 ст. л. овсяной муки, 1 ст. л. яблочной или клюквенной настойки. Все составляющие смешайте. Дайте массе настояться в течение 20 минут. После этого маску нанесите на кожу лица, а через 15 минут смойте ее теплой, потом холодной водой.

Подобную маску советуем делать каждые 5–7 дней.

ЯБЛОЧНАЯ МАСКА

Натрите на терке 1 яблоко, добавьте к нему 1 ст. л. огуречной настойки, 1 измельченный лист алоэ. Все компоненты перемешайте, нанесите смесь на кожу лица и оставьте на 10–15 минут, после чего умойтесь водой комнатной температуры, промокните кожу лица салфеткой и вбейте увлажняющий крем.

Желательно эту маску делать не чаще 1 раза в 10 дней.



ПРИМОЧКИ ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Если ваша кожа склонна к раздражениям, то хорошо делать примочки из лекарственных трав и настойки лепестков роз. Залейте 2 ст. л. календулы и ромашки 50 мл настойки из лепестков роз, поставьте на небольшой огонь и, помешивая доведите до кипения. После того как эта масса остынет, переложите ее в марлю и делайте десятиминутные примочки. Благодаря этим процедурам кожа хорошо очищается.

ОГУРЕЧНАЯ НАСТОЙКА ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Эта настойка рекомендуется женщинам с жирной кожей лица и расширенными порами. Огуречная настойка является не только сильным антисептиком, но и хорошо стягивает поры лица.

Для ее приготовления мелко нарежьте огурец, затем поместите его в бутылку из темного стекла и залейте 100 мл спирта или водки. Настаивайте в течение 5 дней, потом используйте для протирания кожи, обработки ранок и лечения прыщей.

МАСКА ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Для ее приготовления вам необходимо сварить 1 морковь в 100 мл лимонной настойки. Затем разомните морковь с яичным белком. Пока маска не остыла, нанесите ее слоями на кожу лица, оставьте на 20 минут. Маска смывается теплой, а затем холодной водой.

Такую маску можно делать раз в неделю.

ЗАЩИТНАЯ МАСКА

Разотрите яичный желток с 1 ч. л. меда, добавьте 1 ст. л. натертого на терке огурца. Все хорошо перемешайте и влейте 1 ст. л. настойки шиповника. Еще раз помешайте и нанесите получившуюся смесь на лицо, через 10–15 минут маску смойте теплой, потом холодной водой.

Эту маску рекомендуем делать каждую неделю.

ОВСЯНАЯ МАСКА

Для приготовления этой маски залейте 1 ст. л. овсяных хлопьев 50 г кипящего молока. Дайте

немного настоять. В эту кашу добавьте яичный белок или 1 ст. л. сметаны и 1 ст. л. любого бальзама. Все компоненты перемешайте и нанесите смесь на лицо. Через 20 минут смойте маску прохладной водой.

ЛЕТНЯЯ МАСКА

Эта маска богата витаминами и проста в приготовлении.

Натрите на терке яблоко, половину моркови, добавьте перекрученные на мясорубке 2 сливы и 1 ст. л. огуречной настойки. Все компоненты тщательно перемешайте и нанесите на предварительно очищенную кожу лица и шеи. Через 15 минут умойтесь водой комнатной температуры. Вбейте увлажняющий крем.

Такую маску нужно делать не реже 1 раза в неделю.

ПИТАТЕЛЬНАЯ ЯГОДНАЯ МАСКА

Разомните 20 г ягод черной смородины, добавьте 1 ст. л. огуречной настойки или 1 ч. л. бальзама «Биттнер». Все компоненты хорошо перемешайте, влейте 1 ч. л. растительного масла. Маску нанесите на предварительно очищенную кожу лица, шеи и оставьте на 15 минут. По истечении этого времени смойте маску теплой водой.

Подобную питательную маску рекомендуется делать не чаще чем 1 раз в неделю.

ВОССТАНАВЛИВАЮЩАЯ МАСКА

Заварите 50 мл кипятка 2 ст. л. овсяных хлопьев, дайте каше настояться в течение 15 минут, затем добавьте в эту смесь 1 ст. л. тертой клюквы и 1 ст. л. настойки плодов шиповника. Эту маску следует наносить вечером на предварительно очищенную кожу лица. Через 10–15 минут ее нужно смыть теплой, в конце холодной водой.

Эту маску желательно делать 1 раз в 5 дней.

ТОНИЗИРУЮЩИЕ МАСКИ

Тонизирующая маска дает хорошие результаты уже после нескольких применений. Особенно она эффективна для проблематичной кожи. Компоненты, входящие в состав данной маски, обладают способностью заживлять ранки. Маска очищает кожу, растворяя жир, грязь, которые закупоривают поры и способствуют образованию угрей.

Влейте 50 г огуречной настойки в эмалированную посуду, поставьте на малый огонь и доведите до кипения. После этого добавьте в настойку 1 ст. л. аптечной ромашки. Снимите этот отвар с огня, немного остудите и добавьте 1 ч. л. меда и яичный желток. Все компоненты перемешайте и нанесите смесь на кожу лица и шеи. Через 30 минут смойте маску прохладной водой.

Эту маску необходимо делать через 5–7 дней.

Еще одну тонизирующую маску рекомендуем делать женщинам на ночь: это позволит коже хорошо отдохнуть после тяжелого дня, снимет следы усталости.

Для приготовления этой маски вам понадобятся 1 ст. л. тертой редьки, перемешанной с 1 ст. л. чесночной настойки, отварной размятый картофель. Перемешайте все компоненты и нанесите полученную массу на лицо. Прилягте на 20 минут. После этого маску смойте теплой, затем холодной водой.

Такую маску делают не реже 1 раза в неделю на протяжении месяца.

МАСКА ДЛЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ КОЖИ, СКЛОННОЙ К РАЗДРАЖЕНИЯМ

Приготовьте несколько листов алоэ, мелко нарежьте и залейте 30 мл чесночной настойки. Поставьте смесь на огонь и доведите до кипения, потом добавьте в этот отвар 1 ст. л. «Геркулеса» (овсяных хлопьев). После того как эта каша остынет, нанесите ее на кожу лица и шеи, оставьте на 15–20 минут, затем смойте теплой, в конце холодной водой.

Такую маску следует делать каждые 10 дней.

ОЧИЩАЮЩИЕ МАСКИ

1. Отделите мякоть помидора от кожуры. Мякоть смешайте с 1 ст. л. огуречной настойки и небольшим количеством меда. Все компоненты тщательно перемешайте и нанесите маску на лицо. Через 15 минут смойте ее прохладной водой.

Такую маску необходимо делать 1–2 раза в неделю.

2. Для приготовления другой очищающей маски возьмите 1 ст. л. кефира, 1 ч. л. меда и 1 ст.



л. лимонной настойки. Все компоненты хорошо перемешайте и нанесите на лицо. Через 20 минут смойте прохладной водой.

Эту процедуру рекомендуется делать 1 раз в 10 дней.

3. Еще одна очищающая маска способствует омолаживанию кожи. Если такую маску делать регулярно, то кожа станет более упругой, мелкие морщинки постепенно разгладятся.

Для приготовления вам понадобится несколько ягод клубники. Добавьте к ним 1 ст. л. кефира и 1 ст. л. настойки шиповника. Все следует перемешать и нанести смесь на лицо и шею. Через 20 минут смойте маску прохладной водой.

Вполне достаточно делать эту маску 1 раз в неделю.

4. Хорошо очищает кожу лица и огуречная маска с добавлением яблочной настойки.

Натрите на терке 1 огурец. Огуречную кашу отожмите. В полученный сок добавьте 1 ст. л. яблочной настойки и 1 ст. л. овсяной муки. Эту массу хорошо перемешайте и нанесите на кожу лица. Через 15–20 минут смойте маску теплой водой.

МАСКИ ДЛЯ ОЧИСТКИ ЛИЦА

1. Данная маска идеально подходит для сухой кожи с очень загрязненными порами.

Заварите 1 ст. л. овсяных хлопьев в 50 мл огуречной настойки, добавьте 1 ч. л. меда и половину яичного белка. Все перемешайте, добавив щепотку пищевой соды (для нежной чувствительной кожи соду добавлять не надо). Эту маску нанесите круговыми движениями по массажным линиям на предварительно очищенное лицо. Через 15 минут ополосните лицо теплой, затем холодной водой.

Эту процедуру эффективно проводить в бане, когда кожа распаривается, поры расширяются и легко удаляются комедоны и угри.

2. Очистить кожу лица вы можете и при помощи содовой маски.

Для этой маски вам необходимо в 1 ст. л. чесночной настойки крошить немного

туалетного мыла. Полученную смесь необходимо размешивать до появления пены. Затем следует добавить 1 ч. л. пищевой соды. Эту массу нанесите на кожу лица. Те места, где кожа наиболее «загрязнена» (так называемая область — Т: подбородок, нос, лоб), легкими движениями массируйте в течение 2–3 минут. Маску оставьте на 10 минут. Потом ватным тампоном, смоченным в этом растворе, необходимо еще раз протереть кожу лица. После этого умойтесь теплой водой. Промокните кожу салфеткой и нанесите увлажняющий крем.

Эту маску рекомендуется делать 1 раз в 3–4 недели.

3. Для чистки лица вы можете воспользоваться и таким рецептом. Для его приготовления вам понадобится 25 г лимонной настойки и 1 ст. л. кефира. Все компоненты следует смешать (можно добавить еще щепотку пищевой соды). Этим средством при помощи ватного тампона вы можете очень эффективно очистить кожу.

Эта маска обладает еще и отбеливающим эффектом, но проводить ее следует 1 раз в неделю.

ЛЕЧЕБНЫЕ МАСКИ

1. Луковая маска обладает антисептическими свойствами. Она способствует заживлению небольших ранок. Также очищает поры.

Натрите 1 луковицу на терке, добавьте к ней 1 ч. л. меда и 1 ст. л. настойки из березовых почек. Можно еще положить 1 ст. л. овсяной муки. Все хорошо перемешать, после чего эту маску можно нанести на лицо. Оставьте ее на полчаса, затем смойте теплой, потом холодной водой.

Эту маску вы можете делать 1–2 раза в 10 дней.

2. Полечить кожу вы можете и при помощи маски, приготовленной из 1 ст. л. сушеного шалфея и такого же количества календулы, заваренных 50 мл нагретой огуречной настойки. Затем настойку необходимо поставить на огонь, немного подогреть, через несколько минут процедить. После этого ее можно использовать для протирания кожи лица в качестве лосьона. Оставшуюся траву заверните в марлю, сложенную в несколько слоев, и накладывайте на кожу лица как примочки.

Такую маску следует делать за 2 часа до сна не чаще 1 раза в неделю.

3. Следующая маска также очень полезна при проблематичной коже. Ее регулярное использование хорошо очистит кожу, что предотвратит появление угрей.

Для приготовления маски вам необходим сок калины (достаточно одной грозди). Добавьте к нему 1 ст. л. лимонной настойки. Этой смесью вам следует протирать кожу 2 раза в день. Для профилактики угревой сыпи достаточно повторять процедуру 1 раз в неделю.

4. При угревой сыпи полезно обрабатывать кожу настойкой из листьев алоэ.

Для этого вам нужно мелко нарезать 4 листа этого растения, поместить в бутылку из темного стекла и залить 50 мл спирта. Эту смесь поставьте в темное место на 6 дней.

Использовать эту настойку рекомендуется ежедневно: протирайте ей лицо, шею, плечи каждый вечер.

5. Для профилактики угревой сыпи очень хорошо делать апельсиновую маску.

Отожмите сок 1 апельсина, добавьте в него 1 ст. л. огуречной настойки. Все перемешайте и медленно добавляйте 1 ст. л. овсяной муки, не переставая помешивать. Эту маску следует накладывать на очищенную кожу лица. Через 20 минут смойте ее теплой, потом холодной водой.

Эту маску можно делать каждую неделю.

ОТБЕЛИВАЮЩИЕ МАСКИ

1. Эту маску полезно делать тем, кто хочет иметь нежную бархатистую кожу. Она помогает избавиться от пигментных пятен, веснушек.

Мелко нарежьте небольшой пучок листьев петрушки, добавьте 1 ст. л. огуречной настойки и несколько раздавленных ягод клубники или черной смородины. Все компоненты хорошо перемешайте и нанесите на кожу лица и шеи. Через 20–30 минут удалите маску ватным тампоном, смоченным в теплом молоке. Затем ополосните кожу холодной водой.

Эту маску рекомендуется делать 1–2 раза в неделю.

2. Следующая маска также обладает не только отбеливающим эффектом, но и снимает отечность. Для ее приготовления вам понадобится сок одного лимона, 1 ст. л. чесночной настойки. Все хорошо перемешайте и протирайте этой смесью лицо.



3. Следующая маска не только дает отбеливающий эффект, но и питает кожу.

Разотрите 50 г творога, добавьте в него сок 1 лимона и 25 мл рябиновой настойки или бальзама. Если у вас сухая кожа, то можете добавить 1 белок. Все компоненты хорошо перемешайте и нанесите смесь на кожу лица. Через 15–20 минут смойте маску теплой, затем холодной водой.

Эту маску можно делать 2–3 раза в неделю.

МАСКИ ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

1. Натрите на терке немного красной свеклы (для маски потребуется 1 ст. л.), затем залейте ее любым бальзамом и настаивайте в течение 1–2 часов. После этого добавьте 1 ст. л. домашней сметаны и хорошо все перемешайте. Нанесите смесь на кожу лица и оставьте на 20 минут, после чего смойте теплой, затем холодной водой.

Подобную процедуру следует проводить раз в неделю.

Чтобы продлить молодость кожи, сделать ее более упругой, вы можете приготовить маску, в состав которой входят 50 г размятой вишни и огуречная настойка. Эту массу следует довести до кипения, затем остудить и добавить 1 яичный желток и 1 ст. л. домашней сметаны. Все компоненты хорошо перемешайте и нанесите смесь на кожу лица и шеи, оставьте на 10–15 минут, после чего смойте ее теплой, потом холодной водой.

Такую маску нужно делать 1 раз в 2 недели. Если у вас очень чувствительная кожа, то можете делать эту маску чаще.

Однако не только кожа нуждается в питании и тщательном уходе. Чтобы иметь красивые здоровые волосы, их нужно не только мыть, но и укреплять, питать. А помогут вам в этом рецепты следующих масок.

МАСКА ДЛЯ ВОЛОС

Возьмите 1 желток, 1 ч. л. касторового масла и 1 ст. л. настойки из плодов шиповника. Все

компоненты следует хорошо перемешать и нанести на чистые влажные волосы. Кожу головы при этом можно помассировать. Эту маску держите 30 минут, а потом смойте теплой водой с небольшим количеством шампуня.

Эту маску рекомендуется делать 1 раз в 10 дней.

МАСКА ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ВОЛОС

Смешайте 1 ст. л. репейного масла с 1 ст. л. настойки из березовых почек. Этой массой пропитайте кожу головы, а остатки равномерно распределите по всей длине волос. После этого наденьте специальный колпак для окрашивания волос или полиэтиленовый пакет. Через 30–40 минут вы можете вымыть волосы небольшим количеством шампуня.

Эту маску желательно делать 1 раз в 10 дней. Она хорошо подходит и для истонченных окрашиванием или химической завивкой волос.

МАСКА ОТ ПЕРХОТИ

Натрите на мелкой терке 2 зубчика чеснока, добавьте к этой массе 1 яичный желток, 1 ст. л. меда и 2 ст. л. настойки шиповника. Все ингредиенты тщательно перемешайте. Нанесите смесь на волосы, хорошо помассировав кожу головы. Эту маску следует смывать через 15–20 минут кипяченой водой, смягченной небольшим количеством уксуса (1 ч. л. уксуса на 1 л воды).

Эту маску необходимо делать 1 раз в неделю в течение 2 месяцев. При необходимости можно повторить курс лечения, но с перерывом в несколько недель.

УКРЕПЛЯЮЩАЯ МАСКА

Возьмите 100 г сыворотки, смешайте ее с 1 ч. л. любого бальзама, немного подогрейте. Эту маску следует наносить на чистые волосы. Вначале вотрите ее в кожу головы в течение 3–5 минут. Затем распределите на остальные волосы. Через 30–35 минут волосы ополосните теплой водой.

Эту процедуру следует проводить несколько раз в месяц.

ЧЕСНОЧНАЯ НАСТОЙКА ОТ ОБЛЫСЕНИЯ

Возьмите головку чеснока и мелко нарежьте. После этого сложите чеснок в бутылку и залейте 200 мл спирта. Поставьте бутылку в темное прохладное место на 10 дней. Перед каждым мытьем волос наносите настойку на кожу головы, а через 10 минут смывайте. После этого помойте голову с шампунем.

МАСКА ДЛЯ ИСТОНЧЕННЫХ ВОЛОС

Размешайте яичный желток с 50 г сыворотки, добавьте 50 мл чесночной настойки. Этой массой пропитайте чистые волосы. Оставьте на 15 минут, а затем смойте.

Эту процедуру можно делать 1 раз в неделю.





ГЛАВА 5. БАБУШКИНЫ СЕКРЕТЫ

Из предыдущих глав вы узнали о том, что различные бальзамы и настойки издавна считаются популярными и любимыми напитками, которые обладают и приятным вкусом, и целебными свойствами. Нелишним будет сказать, что подобные напитки разнообразят любое застолье.

В данной главе вы познакомитесь со старинными рецептами приготовления бальзамов и настоек в домашних условиях, тем более что это совсем не сложно (особенно если все компоненты, входящие в их состав, под рукой).

Всем известно, что в состав бальзамов и настоек входят лекарственные травы, ягоды и фрукты. Неотъемлемой частью приготовления бальзамов и настоек является спирт или водка. Если вы используете чистый спирт, не забудьте развести его водой в соотношении 1:1.

В качестве ароматических веществ для настоек и бальзамов применяются ваниль, имбирь, тмин, корица.

Различные лекарственные травы для приготовления бальзамов и настоек можно применять как в свежем, так и в сушеном виде. Ягоды же и фрукты лучше всего использовать свежие.

Необходимо также знать, в какое время года собирать те или иные растения, из которых вы будете готовить лечебный напиток. Так, например, красную рябину следует собирать в конце октября-начале ноября. Черноплодную рябину и калину собирайте в сентябре-октябре. О времени сбора других растений вы можете узнать, если ознакомитесь с содержанием любого травника.

Ниже вашему вниманию будут предложены рецепты настоек и бальзамов, которые вы легко сможете приготовить в домашних условиях.

СЛАДКАЯ НАСТОЙКА «РЯБИНОВАЯ»

Требуется: 500 г красной рябины, 1 л водки или 500 мл спирта, 50 г сахара, мята, Melissa.

Способ приготовления. Рябину тщательно промойте, высушите, удалите плодоножки, затем потолките деревянным пестиком, чтобы ягода дала сок. Полученную массу залейте водкой или спиртом, разведенным в пропорции 1:1. Накройте посуду марлей и настаивайте в темном

прохладном месте 1–2 недели. Затем процедите настойку через сито, жмых отожмите через марлю. Сахар насыпьте на сковороду и подержите на огне до тех пор, пока он не станет коричневым, затем добавьте его в настойку и тщательно перемешайте. Сухую или свежую траву мяты и Melissa залейте 1 стаканом кипятка и подержите на водяной бане 10 минут. Процедите и вылейте в настойку. Накройте посуду крышкой и настаивайте в течение 7 дней.

СЛАДКАЯ НАСТОЙКА «ЮЖНАЯ НОЧЬ»

Требуется: 100 г лимонной или апельсиновой цедры, 1 л водки, 10 г соли, несколько горошин черного перца.

Способ приготовления. Лимонную или апельсиновую цедру засыпьте в бутылку и залейте водкой. Настаивайте в темном месте 3–4 недели. После этого процедите, цедру отожмите через марлю. Добавьте соль и перец, разлейте по бутылкам, плотно закупорьте и храните в темном прохладном месте.

НАСТОЙКА МЯТНАЯ

Требуется: 100 г перечной мяты, 1 л водки, 30 г семян укропа, 5–6 г корицы.

Способ приготовления. Мятку тщательно промойте и просушите, положите в бутылку, добавьте семена укропа и корицу, и все залейте водкой. Настаивайте в течение недели. Затем процедите, отфильтруйте через марлю. По желанию настойку можно подсластить.

НАСТОЙКА «СИЛА ПРИРОДЫ»

Требуется: 15 г аниса, 50 г красной рябины, 50 г плодов шиповника, 25 г травы мяты или Melissa, 1 л водки, 25 г сахара.

Способ приготовления. Рябину и ягоды шиповника потолките в деревянной ступке, перемешайте с остальными компонентами и залейте водкой. Посуду накройте марлей и настаивайте в темном месте 2–3 недели, периодически встряхивая. Затем процедите, отожмите гущу через марлю, добавьте сахар.

НАСТОЙКА «ДЫННАЯ»

Требуется: 1 небольшая спелая дыня, 1 л водки, 5 г имбиря.

Способ приготовления. Дыню освободите от семечек, нарежьте небольшими кусочками вместе с кожурой и залейте водкой. Настаивайте 2 недели, затем процедите и добавьте имбирь.

НАСТОЙКА «КАЛИНКА»

Требуется: 400–500 г ягод калины, 1 л водки, 2–3 г ванили, 30 г сахара.

Способ приготовления. Калину тщательно промойте и просушите в духовке. Залейте водкой и настаивайте 2 недели. Затем процедите, добавьте сахар и ваниль, разлейте по бутылкам с темным стеклом.

НАСТОЙКА «ЗАПЕКАНКА»

Требуется: 100 г сухих лимонных корок, 50 г корицы, 20 г кардамона, 10 г мускатного ореха, 100 г корки ржаного хлеба, 1 л водки.

Способ приготовления. Все компоненты (кроме хлебных корок) залейте водкой. Мускатный орех предварительно натрите на самой мелкой терке. Настаивайте 1–2 недели. Затем процедите, положите хлебные корки и настаивайте еще неделю.

НАСТОЙКА «БОЯРЫНЯ-ЯГОДА»

Требуется: 500 г плодов боярышника, 100 г апельсиновой или лимонной цедры, 1 л водки, 5 г тмина.

Способ приготовления. Ягоды помойте, цедру лимона или апельсина мелко нарежьте или измельчите в кофемолке. Все перемешайте, поместите в бутылку и залейте водкой. Настаивайте в течение 2–3 недель. Процедите, отфильтруйте через марлю, добавьте тмин.

НАСТОЙКА «ЧЕРНЫЕ ГЛАЗА»

Требуется: 600 г черноплодной рябины, 2–3 г имбиря, 1 л водки, 2 ст. л. липового цвета, 10 г листьев черной смородины.

Способ приготовления. Рябину помойте, удалите плодоножки, потолките в ступке. В бутылку положите ягоду, липовый цвет и залейте водкой. Настаивайте 3 недели. Затем процедите, добавьте имбирь. При желании в настойку можно добавить сахар.

НАСТОЙКА «КЛЮКОВКА»



Требуется: 500 г клюквы (свежей или замороженной), 1 л водки, 100 г лимонной цедры, 3–4 г корицы.

Способ приготовления. Свежую клюкву промойте теплой водой и просушите. Если используете замороженную клюкву, то разморозьте ее на открытом воздухе, ни в коем случае не погружая в воду, иначе она превратится в кисель. Если лимонная цедра у вас неизмельченная, то мелко нарежьте ее или проверните через мясорубку. Соедините цедру с клюквой и залейте водкой. Настаивайте 3–4 недели, затем процедите и добавьте корицу.

НАСТОЙКА ИЗ ШИПОВНИКА

Требуется: 400 г плодов шиповника, 20 г лепестков роз, 1 л водки, 3–5 г имбиря.

Способ приготовления. Спелые ягоды шиповника помойте, просушите и потолките в ступке. Лепестки роз осторожно помойте и также высушите. Сложите все в бутылку и залейте водкой. Настаивайте в темном месте 2–3 недели. Затем процедите, отфильтруйте через марлю. Добавьте имбирь. Разлейте по бутылкам и плотно закупорьте.

НАСТОЙКА «ЛЕСНАЯ ЯГОДА»

Требуется: 400 г ягод ежевики, 100 г черники, 100 г лесной смородины, 1,5 л водки, листья мяты, ежевики и черной смородины, 3–4 г ванили.

Способ приготовления. Ягоды помойте, просушите и удалите плодоножки. Положите их в бутылку и залейте водкой. Настаивайте 3 недели в темном месте. Затем слейте, процедите, добавьте ваниль.

НАСТОЙКА «ЧЕРЕМУШКА»

Требуется: 400 г плодов черемухи, 100 г цвета черемухи, 1–1,5 л водки, мята, Melissa.

Способ приготовления. Плоды и цветы черемухи помойте и просушите, залейте водкой и настаивайте в закрытой посуде 2 недели. Затем добавьте мяту или Melissa и настаивайте еще неделю в темном месте. После этого процедите, отфильтруйте через марлю.

НАСТОЙКА «ОРЕХОВАЯ»

Требуется: 200 г перегородок грецких орехов, 100 г лимонной цедры, 1 л водки, 3–4 г имбиря.

Способ приготовления. Перегородки грецких орехов помойте и просушите, смешайте с лимонной цедрой. Залейте водкой, настаивайте 4–5 недель в закрытой посуде. Затем процедите, добавьте имбирь.

НАСТОЙКА «МАЛИНОВАЯ»

Требуется: 400 г свежей малины, 6 г корицы, 50 г цедры лимона или апельсина, 5 г ванили, 0,5 л водки.

Способ приготовления. Свежую малину подавите в деревянной ступке, чтобы она дала сок. Сок слейте в посуду, в которой будете готовить настойку, добавьте корицу, цедру и залейте водкой. Настаивайте 2–3 недели, затем процедите и добавьте ваниль.

НАСТОЙКА «ЛЕДИ ОТДЫХАЮТ»

Требуется: 100 г корня петрушки, 50 г корня сельдерея, 1 л водки, 30 г укропного семени, несколько горошин черного перца и гвоздики, 3–5 г тмина.

Способ приготовления. Корень петрушки и сельдерея тщательно промойте и просушите, почистите, мелко нарежьте или проверните через мясорубку. Сложите в эмалированную посуду, добавьте семена укропа, перец, гвоздику и залейте водкой. Настаивайте 2–3 недели, затем процедите, отфильтруйте через марлю, добавьте тмин и настаивайте еще неделю.

НАСТОЙКА «ОБЛЕПИХА»

Требуется: 400 г плодов облепихи, 200 г лимонной цедры, 1,5 л водки, 5–6 г тмина, 10 г семени укропа.

Способ приготовления. Плоды облепихи помойте и просушите, потолките деревянным пестиком, чтобы выделился сок. Смешайте с лимонной цедрой. Добавьте все остальные компоненты и перемешайте, залейте водкой и настаивайте 2 недели. Затем добавьте тмин и семена укропа и настаивайте еще неделю. Готовую настойку процедите, разлейте по бутылкам, плотно закупорьте.

НАСТОЙКА «ЭКЗОТИЧЕСКАЯ»

Требуется: по 100 г кожуры лимона, апельсина и грейпфрута, 1,5 л водки, 4–5 г имбиря, 50 г свежавыжатого апельсинового сока.

Способ приготовления. Свежую кожуру лимона, апельсина и грейпфрута измельчите. Если она сухая, размочите ее в воде и проверните через мясорубку. Залейте ее водкой, настаивайте в закрытой посуде 2–3 недели. Затем процедите, добавьте имбирь и апельсиновый сок и настаивайте еще неделю.

НАСТОЙКА ИЗ АБРИКОСОВЫХ КОСТОЧЕК

Требуется: 200 г абрикосовых косточек, 1 л водки, 100 г сахара, 4–5 г ванили.

Способ приготовления. Косточки абрикоса измельчите, залейте их водкой и настаивайте 4–5 недель (желательно на солнце). После этого настойку процедите, тщательно отфильтруйте через несколько слоев марли, положите сахар, имбирь. Если вы хотите, чтобы ваша настойка была не очень крепкой, положите в нее не сахар, а сахарный сироп. Для этого вскипятите до густоты 100 г сахара, разведенного в 0,5 стакана воды.

НАСТОЙКА «ЯБЛОНЬКА»

Требуется: 200 г яблочной кожуры, по 30 г мяты и Melissa, 1 л водки, 3–4 г ванили.

Способ приготовления. Тщательно помойте мяту и Melissa, просушите, соедините с яблочной кожурой и залейте водкой. Настаивайте 3 недели, затем процедите, отфильтруйте через марлю, добавьте ваниль. Разлейте по бутылкам и плотно закупорьте.

НАСТОЙКА «БЛЭК КУРАНТ»

Требуется: по 100 г листьев и ягод черной смородины, 0,5 л водки, 50 г апельсиновой или лимонной цедры, 4–5 г имбиря.

Способ приготовления. Листья и ягоду помойте, просушите и залейте водкой. Настаивайте 2–3 недели, затем процедите, добавьте лимонную или апельсиновую цедру, имбирь. Настаивайте еще неделю.



НАСТОЙКА «ДЛЯ САМЫХ СМЕЛЫХ»

Требуется: 1–2 шт. красного горького перца, 1 л водки, 10–15 горошин черного перца, 5–6 шт. гвоздики, 20–30 г укропного семени, 5 г тмина.

Способ приготовления. Красный перец надрежьте в нескольких местах, положите в посуду, добавьте черный перец и гвоздику, залейте водкой. Настаивайте 2–3 недели. Затем процедите, добавьте семена укропа, тмин и настаивайте еще неделю. После этого отфильтруйте через марлю и разлейте по темным бутылкам.

НАСТОЙКА ГРАФА РАЗУМОВСКОГО

Требуется: 20 г аниса, 20 г можжевельных ягод, 20 г мяты, 20 г липового цвета, 1 л водки, 30 г сахара, 5 г имбиря.

Способ приготовления. Анис, можжевельные ягоды, мяту, липовый цвет залейте водкой и настаивайте 3 недели в темном прохладном месте. Затем процедите, добавьте имбирь и жженный сахар.

НАСТОЙКА «ЯГОДНАЯ»

Требуется: по 50 г клубники, малины, красной и черной смородины, вишни, 0,5 л водки, 5 г ванили, 50 г изюма.

Способ приготовления. Тщательно промойте и просушите ягоды, удалите плодоножки. Залейте их водкой и настаивайте в темном месте 2–3 недели. Затем процедите, добавьте ваниль и изюм и настаивайте еще 3–4 дня.

НАСТОЙКА «СОЛНЫШКО»

Требуется: 100–200 г молодых цветков одуванчика, 0,5 л водки, 3–5 г имбиря, мята, Melissa.

Способ приготовления. Цветы одуванчика и листья мяты и Melissa помойте, откиньте на дуршлаг, чтобы с них стекла вода. Поместите все это в посуду и залейте водкой. Настаивайте 2–3 недели в темном месте. Затем процедите, добавьте имбирь.

НАСТОЙКА «ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА»

Требуется: 500 г черной смородины, 1,5 л водки, 50 г листьев черной смородины, 5 г тмина.

Способ приготовления. Черную смородину помойте и посушите, потолките в ступке, чтобы ягода дала сок. Заверните смородину в марлю, поместите в банку, туда же вылейте сок и добавьте листья. Залейте водкой и настаивайте в темном месте 3–4 недели. После этого аккуратно выньте марлю, отожмите ее. Настойку процедите и добавьте тмин.

НАСТОЙКА «МЯТНАЯ»

Требуется: по 100 г листьев свежей мяты и Melissa, несколько капель мятного масла, 1 л водки, 4–5 г ванили.

Способ приготовления. Листья мяты и Melissa тщательно промойте, поместите в посуду, добавьте мятное масло. Залейте водкой и настаивайте в темном месте 4–5 недель. Затем слейте, отфильтруйте через марлю и добавьте ваниль.

Теперь предлагаем вам несколько рецептов настоек, которые готовятся на основе коньяка. Такие настойки отличаются особым ароматом и крепостью. Их можно употреблять как

самостоятельные напитки, так и добавлять в водку или спирт в пропорции 1:4 (одна часть настойки и четыре части водки или спирта).

Вместо коньяка в приготовлении этих настоек можно использовать коньячный спирт или коньячный напиток. Помните только, что с коньячным напитком ваша настойка будет не такой крепкой, как с коньяком. В этом случае настойку можно подавать как аперитив перед любым застольем.

В качестве ароматизаторов в коньячные настойки добавляют ваниль, имбирь и (для придания особого вкуса) шоколадный ликер.

НАСТОЙКА «РЯБИНА НА КОНЬЯКЕ»

Требуется: 300–400 г красной рябины, 500 г коньяка, 30 г сахара, 5 г ванили.

Способ приготовления. Рябину потолките ступкой, чтобы она дала сок, поместите в посуду, в которой будете готовить настойку. Сахар нагрейте на небольшом огне до тех пор, пока он не станет коричневым, перемешайте с рябиной. Залейте коньяком и настаивайте в закрытой посуде 2–3 недели. Затем процедите, отфильтруйте через марлю, добавьте ваниль.

Эту же настойку можно приготовить, используя ягоды черноплодной рябины.

НАСТОЙКА «КЛЮКВА В САХАРЕ»

Требуется: 500 г клюквы, 100 г сахара, 1 л коньяка, 3–4 г имбиря.

Способ приготовления. Ягоды помойте и просушите. Затем обваляйте в сахаре и поставьте в духовой шкаф, чтобы на клюкве образовалась корочка из сахара. После этого поместите ягоду в посуду и залейте коньяком. Настаивайте 2–3 недели, затем процедите, добавьте имбирь.

НАСТОЙКА «МУЛАТКА-ШОКОЛАДКА»

Требуется: 500 г черноплодной рябины, 1 л коньяка, 200 г шоколадного ликера, 4–5 г ванили.

Способ приготовления. Рябину тщательно промойте, залейте коньяком и настаивайте в закрытой посуде 2 недели. Затем процедите, добавьте ликер и настаивайте еще неделю. После этого добавьте ваниль и разлейте по бутылкам.

НАСТОЙКА «ЗА МИЛЫХ ДАМ!»

Требуется: 200 г красной рябины, 200 г клюквы, 200 г черной смородины, 0,5 л коньяка, 50 г сахара, 5 г ванили.

Способ приготовления. Ягоду потолките в ступке, чтобы она дала сок, затем поместите ее в посуду и залейте коньяком. Настаивайте 2–3 недели. После этого процедите, добавьте ваниль и сахарный сироп (сахар залейте 0,5 стакана воды и кипятите до загустения).

НАСТОЙКА «ОРИГИНАЛЬНАЯ»

Требуется: по 100 г кожуры яблок и груш, 1 л коньяка, листья яблони и груши, 5 г ванили, 4–5 г имбиря.

Способ приготовления. Кожуру и листья яблок и груш залейте коньяком, настаивайте 2–3 недели. Затем процедите, добавьте ваниль и имбирь.

Поговорим теперь о бальзамах. Их можно употреблять как самостоятельный напиток, так и в сочетании с водкой, белым вином, минеральной водой. Чай или кофе с бальзамом обладает не только приятным вкусом и ароматом, но и оказывает тонизирующее и общеукрепляющее действие на организм.

Для приготовления бальзамов используются в основном различные лекарственные травы, которые настаивают на спирту или водке.

Для того чтобы придать бальзамам более приятный вкус, в них часто добавляют сахар, мед и различные ликеры.

Предлагаем вам несколько рецептов бальзамов, приготовление которых не требует особых усилий и затрат.

БАЛЬЗАМ «СТАРАЯ ДАЧА»

Требуется: 10 г сухой травы зверобоя, 10 г сухой травы душицы, 10 г сухого шалфея (цвет и трава), 30 г мяты, 0,5 л водки.

Способ приготовления. Залейте травы водкой, настаивайте 1–2 недели. Затем процедите, траву отожмите через марлю. При желании в бальзам можно влить 0,5 стакана сиропа любого варенья.



БАЛЬЗАМ «ОБЛЕПИХОВЫЙ»

Требуется: 300 г ягод облепихи, 0,5 л водки, 2 ст. л. меда.

Способ приготовления. Ягоды промойте и просушите, залейте водкой и настаивайте в закрытой посуде 2–3 недели. После этого бальзам процедите, добавьте мед и настаивайте еще неделю.

БАЛЬЗАМ «ГОРЕЧЬ»

Требуется: 30 г свежих цветков полыни, 30 г миндаля, 10 г корня петрушки, 30 г цветков пижмы, 1 л водки.

Способ приготовления. Корень петрушки помойте и просушите, почистите, мелко нарежьте. Все компоненты залейте водкой и настаивайте 3–4 недели. Затем процедите и отфильтруйте через марлю.

БАЛЬЗАМ «ЛЕСНИК»

Требуется: по 20 г травы душицы, зверобоя, ромашки аптечной, мяты, Melissa, 0,5 л водки, 100 г коньяка, 10 г меда.

Способ приготовления. Траву залейте водкой и настаивайте 2 недели в темном месте. Затем добавьте коньяк и мед и настаивайте еще 2 недели. После этого бальзам процедите.

БАЛЬЗАМ «МУЖСКАЯ СИЛА»

Требуется: 10 г цветков календулы, 10 г цветков бессмертника, 20 г травы Melissa, 10 г корня валерианы, 10 г цветов душицы, по 20 г листьев красной и черной смородины, 1 л водки, 50 г меда.

Способ приготовления. Все компоненты сложите в посуду, в которой будете готовить бальзам, и залейте водкой. Настаивайте 3 недели, затем процедите и добавьте мед.

БАЛЬЗАМ «ОРЕХОВЫЙ»

Требуется: 200 г молодых грецких орехов (в зеленой кожуре), 50 г перегородок грецких орехов, 10 г корня одуванчика, 0,5 л водки, 20 г сахара.

Способ приготовления. Орехи и перегородки орехов залейте водкой и настаивайте 2 недели. Корень одуванчика помойте, мелко нарежьте и посушите в духовке 15–20 минут. Добавьте его в бальзам и настаивайте еще неделю. После этого процедите, добавьте сахар.

БАЛЬЗАМ «КОФЕЙНЫЙ»

Требуется: 100 г кофейных зерен, 50 г корня цикория, 200 г густого кофейного ликера, 0,5 л водки, 10–20 г сахара.

Способ приготовления. Корень цикория помойте, посушите в духовке до тех пор, пока он не станет хрупким. Кофейные зерна и корень залейте водкой и настаивайте 2 недели. После этого процедите, добавьте ликер и сахар.

БАЛЬЗАМ «НА ЗДОРОВЬЕ!»

Требуется: по 50 г травы зверобоя, душицы, липового цвета, листья малины, красной и черной смородины, мята, Melissa, 1 л водки, 50 г сахара, 5 г имбиря.

Способ приготовления. Все травы залейте 2 стаканами кипятка и держите на водяной бане 10–15 минут. Затем процедите через марлю. Этот настой смешайте с водкой и добавьте сахар и имбирь.

БАЛЬЗАМ «СОСНОВЫЕ ИГОЛКИ»

Требуется: 100 г молодых сосновых игл, 50 г березовых почек, по 10 г мяты и Melissa, 0,5 л водки, 10 г меда.

Способ приготовления. Сосновые иглы и березовые почки залейте водкой и настаивайте 2 недели. Мят и Melissa залейте 1 стаканом горячей воды и кипятите до тех пор, пока объем жидкости не уменьшится вдвое. Процедите и вылейте в бальзам (после того как он настоялся). Затем добавьте мед и настаивайте еще неделю.

БАЛЬЗАМ «ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ»

Требуется: по 100 г красной и черноплодной рябины, 100 г ягод калины, 50 г ягод можжевельника, 100 г брусники, 100 г плодов шиповника, 0,5 л водки, 50 г меда.

Способ приготовления. Ягоды промойте, потолките ступкой, чтобы они дали сок, перемешайте. Затем заверните эту кашицу в марлю, положите в посуду и залейте водкой. Настаивайте 3–4 недели, затем марлю выньте, отожмите. Добавьте мед.

БАЛЬЗАМ «СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ»

Требуется: 50 г корня женьшеня, 10 г корня цикория, 4 ст. л. цветов бессмертника, 30 г ягод красной рябины, 30 г плодов шиповника, 1 л водки, 30–40 г сахара.

Способ приготовления. Корни женьшеня и цикория мелко нарежьте и подсушите в духовке 5–10 минут (следите, чтобы не подгорели). Все компоненты залейте водкой и настаивайте в темном месте 2–3 недели. Затем процедите и отфильтруйте через марлю. Сахар прогрейте на небольшом огне до тех пор, пока он не станет коричневым, и вылейте его в бальзам.

БАЛЬЗАМ «ЧАЙНЫЙ»

Требуется: по 100 г зеленого и черного листового чая, по 50 г мяты и Melissa, 50 г липового цвета, по 50 г апельсиновой и лимонной цедры, 30 г цветков душицы, 0,5 л водки, 100 г коньяка, 50 г меда.

Способ приготовления. Все компоненты сложите в посуду и залейте водкой. Настаивайте 2 недели. Затем процедите, добавьте коньяк и мед и настаивайте еще 2 недели.

БАЛЬЗАМ «ВОЛЖСКИЙ»

Требуется: 20 г шишек хмеля, 20 г коры дуба, 20 г шалфея, 20 г зверобоя, по 30 г мяты, Melissa и липового цвета, 0,5 л водки, 100 г коньяка, 30 г меда.

Способ приготовления. Измельчите все компоненты, залейте водкой и настаивайте 2 недели. Затем процедите, отфильтруйте через несколько слоев марли. Добавьте коньяк и настаивайте еще 2 недели. Затем добавьте мед.

БАЛЬЗАМ «ПОХМЕЛЬНЫЙ»

Требуется: 50 г корня щавеля, 50 г корня лопуха, по 30 г травы пустырника, мяты и полевого хвоща, 0,5 л водки, 100 г коньяка, 30 г меда.

Способ приготовления. Корни лопуха и щавеля помойте и высушите в духовке. Залейте все ингредиенты водкой и настаивайте 3 недели в темном месте. Затем процедите, добавьте коньяк и мед.

БАЛЬЗАМ «ЕРОФЕИЧ»

Требуется: 50 г имбиря, 50 г шалфея, 50 г аниса, 100 г ягод красной рябины, 30 г мяты, 1 л водки, 50 г клубничного или малинового сиропа.

Способ приготовления. Все компоненты залить водкой (рябину предварительно потолочь в ступке) и настаивать 3 недели. Затем процедить и добавить сироп.



БАЛЬЗАМ «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ»

Требуется: по 30 г цветков календулы и аптечной ромашки, 20 г травы тысячелистника, 40 г плодов шиповника, 30 г листьев крапивы, 30 г травы шалфея, 20 г травы пустырника, 0,5 л спирта, 40 г меда.

Способ приготовления. Все травы поместите в термос, залейте кипятком и настаивайте сутки. После этого процедите, отфильтруйте через марлю и смешайте со спиртом. Добавьте мед. Бальзам должен настаиваться неделю, после чего его можно употреблять.

БАЛЬЗАМ «РУССКИЙ»

Требуется: 30 г шишек хмеля, 100 г ягод облепихи, 50 г коры дуба, 30 г корня одуванчика, 50 г плодов калины, 0,5 л водки, 100 мл коньяка, 50 г сахара.

Способ приготовления. Шишки хмеля, кору дуба, корни одуванчика залейте водкой и настаивайте 2 недели. Плоды калины и облепихи потолките, чтобы ягоды дали сок. После того как бальзам настоялся, процедите его и добавьте сок калины, облепихи, коньяк и жженный сахар.

БАЛЬЗАМ «УСПОКОЙ»

Требуется: 50 г корня валерианы, 25 г травы пустырника, по 10 г травы мяты и Melissa, 10 г шишек хмеля, 20 г цветков ромашки, 0,5 л водки, 50 г сахара.

Способ приготовления. Все компоненты залейте водкой и настаивайте в закрытой посуде 3 недели. После этого процедите, отфильтруйте через марлю. Сахар залейте 0,5 стакана воды и кипятите до тех пор, пока сироп не загустеет. Готовый сироп вылейте в бальзам.

БАЛЬЗАМ «ДЛЯ ВСЕХ»

Требуется: 300 г плодов шиповника, по 100 г ягод калины и брусники, по 30 г травы душицы, зверобоя, тысячелистника, липового цвета, 1 л водки, 50 г меда или сиропа любого варенья.

Способ приготовления. Ягоды калины, брусники и шиповника помойте и просушите. Затем потолките в ступке, смешайте с остальными компонентами и залейте водкой. Настаивайте 2–3 недели, затем процедите, добавьте мед или сироп.

БАЛЬЗАМ СВЯТОГО ПАВЛА

Требуется: 20 г корня одуванчика, 20 г плодов аниса, по 20 г сухой травы тысячелистника, зверобоя и мяты, 50 г изюма, 0,5 л водки, 20 г меда.

Способ приготовления. Травы и изюм мелко нарежьте, залейте водкой и настаивайте 2

недели. Затем процедите и добавьте мед.

БАЛЬЗАМ «КРЕПКИЕ НЕРВЫ»

Требуется: 50 г травы пустырника, 50 г валерианового корня, 50 г травы шалфея, 50 г мелиссы, 25 г коры дуба, 0,5 л водки, 10 г меда.

Способ приготовления. Все компоненты залейте водкой и настаивайте в закрытой посуде 3 недели. Затем процедите, отфильтруйте через марлю, добавьте мед и настаивайте еще неделю.

БАЛЬЗАМ «ЗИМНИЙ»

Требуется: 100 г апельсиновой и лимонной цедры, 100 г кофейных зерен, 3–4 пакетика черного чая, 50 г липового цвета, 0,5 л водки, 100 г коньяка, 50 г меда.

Способ приготовления. Цедру лимона и апельсина, кофейные зерна, липовый цвет залейте водкой и настаивайте 2 недели. Затем процедите, добавьте мед, коньяк и положите чайные пакетики. Настаивайте еще неделю.

БАЛЬЗАМ «ДЕСЕРТНЫЙ»

Требуется: по 50 г изюма, кураги и чернослива, 100 г лимонных корок, несколько капель мятного или ментолового масла, 100 г любого сладкого ликера, 0,5 л водки, 5 г ванили.

Способ приготовления. Сухофрукты и лимонные корки залейте водкой и настаивайте 2 недели. Затем процедите, добавьте ликер, мятное масло и ваниль и настаивайте еще 2 недели.



ГЛАВА 6. ПРЯНЫЕ СОУСЫ

Различные настойки и бальзамы очень часто используются в качестве специй для приготовления пряных соусов. Эти напитки — как промышленного производства, так и изготовленные в домашних условиях — имеют свой вкус, цвет, аромат и, как многие другие пищевые продукты, используются в качестве добавок для улучшения вкуса. Зачастую они играют необыкновенно важную роль в приготовлении пищи, в частности различных соусов, хотя используются, как правило, в малом количестве. Они придают блюду неповторимый пикантный вкус.

Соусы — ароматическо-вкусовой компонент многих блюд. Они, без всякого сомнения, являются одним из лучших кулинарных изобретений человека. Каждый народ предпочитает свои соусы, добавляя в них в качестве специй различные крепкоалкогольные напитки. На наш взгляд,

удобнее и практичнее использовать именно бальзамы и настойки, которые всегда под рукой и стоят намного дешевле коньяков и вин, которые по традиции добавляются в различные соусы и подливы.

Входящие в состав настоек и бальзамов различные травы придают соусам необыкновенный вкус и аромат. С их помощью можно разнообразить уже известные виды соусов, изменяя пропорции добавляемых бальзамов или настоек. Нередко эти напитки заменяют уксус и вино, а также некоторые пряно-ароматические травы и корнеплоды.

Заметим, что для приготовления соусов лучше всего употреблять именно настойки, так как они более нейтральны и, кроме того, в основном бесцветны, так что используя их, можно не опасаться того, что внешний вид вашего блюда будет испорчен.

Ниже мы предлагаем вам рецепты пряных соусов.

ПИКАНТНЫЙ СОУС ДЛЯ МЯСНЫХ БЛЮД

Требуется: 600 г бульона, 70 г шампиньонов, 30 г лимонного сока, 100 г «Юбилейной особой» или любой другой бесцветной настойки, 30 г сливочного масла или маргарина, соль, перец, а также другие специи.

Способ приготовления. Выпаривайте мясной бульон в течение 20–30 минут. Затем спассеруйте муку на масле и разведите этим бульоном. Добавьте сырые белые корни, свежие грибы (шампиньоны) и варите все вместе около часа, время от времени снимая с поверхности образовавшуюся пену.

Затем добавьте сок лимона (его можно заменить лимонной кислотой — несколько кристалликов нужно развести в 2 ст. л. теплой кипяченой воды), настойку, красный острый молотый перец, соль. Хорошо размешайте и процедите через салфетку или марлю. Готовый соус вновь доведите до кипения и заправьте сливочным маслом.

Этот соус нужно подавать к паровым котлетам, курице и цыплятам.

СОУС С ХРЕНОМ

Требуется: на 1,5 стакан тертого хрена — 1,5 стакана 9 %-ного уксуса, 1 ст. л. «Рижского черного бальзама», 2 стакана кипяченой воды, 2 ч. л. сахара и соли.

Способ приготовления. Очищенный и промытый хрен натрите на терке. Положите в посуду и залейте кипятком, закрыв на несколько минут крышкой. Когда масса остынет, добавьте уксус, бальзам, соль, сахар и все тщательно перемешайте.

Этот соус можно использовать как для приготовления различных холодных блюд, так и в качестве острой закуски.

СОУС С ХРЕНОМ И СВЕКЛОЙ

Требуется: на 1,5 стакана тертого хрена — 1 стакан 9 %-ного уксуса, 1 большая свекла, 1 ст. л. любой бесцветной настойки, 2 ст. л. кипяченой воды, сахар и соль.

Способ приготовления. Натертый на терке хрен положите в эмалированную посуду, залейте кипятком и накройте на несколько минут крышкой. После того как масса остынет, добавьте вареную и протертую на мелкой терке свеклу. Затем все остальные ингредиенты.

СОУС С ХРЕНОМ И СМЕТАНОЙ

Требуется: на 1,5 стакана тертого хрена — 3 стакана сметаны, 2 ст. л. «Перцовой» настойки, 1,5 ч. л. сахара и соль.

Способ приготовления. Приготовленный и измельченный хрен перемешайте со сметаной, затем добавьте соль и сахар, настойку, все тщательно перемешайте. Соус можно подавать с холодными блюдами или в качестве самостоятельной закуски.

СОУС С ВЕТЧИНОЙ

Требуется: 200 г сыра, 200 г густой сметаны, 70 г ветчины, 2 ст. л. «Белорусского» бальзама, соль, перец, тмин.

Способ приготовления. Нарежьте ветчину мелкими кубиками и добавьте в предварительно взбитую венчиком или миксером до однородной консистенции массу из сыра, сметаны, соли, перца, тмина и бальзама. Смесь еще раз тщательно перемешайте и поместите на 1 час в холодильник.

Подавайте к столу вместе с холодными закусками.

СОУС С ОСТРЫМ СЫРОМ

Требуется: 200 г сыра или творога, 200 г густой сметаны, 2 ст. л. пряной смеси «Аджика», 3 ст. л. «Шашлычного» соуса или острого кетчупа, 3 ст. л. «Перцовки» или «Ерофеича».

Способ приготовления. Все компоненты смешиваются и взбиваются в миксере или венчиком до однородной консистенции. Готовый соус выдерживают около часа в холодильнике.

СОУС С ГРИБАМИ

Требуется: 200 г творога, 200 г густой сметаны, 100 г сыра с белыми грибами (можно заменить отдельно сыром и грибами), 50 г зеленого лука, 4 ст. л. «Юбилейной особой» настойки, соль, перец.

Способ приготовления. Сыр с белыми грибами натрите на мелкой терке, смешайте с творогом, сметаной, солью, настойкой и взбейте венчиком или в миксере до однородной массы.

Взбитый соус перемешайте с нарезанным зеленым луком и выдерживайте около часа в холодильнике.

ИСПАНСКИЙ ОЛИВКОВЫЙ СОУС С БАЛЬЗАМОМ «АРАШАН»

Требуется: 250 г твердого сыра или творога, 60 г густой сметаны, 60 г оливок, 1 ст. л. пряной смеси «Аджика», 4 ст. л. бальзама Арашан.

Способ приготовления. Сыр, сметану, аджику и бальзам взбейте вместе в миксере или венчиком до однородной консистенции, после чего в смесь добавьте оливки, предварительно удалив косточку и мелко нарезав ломтиками. Все осторожно перемешайте. Готовый соус нужно выдержать в холодильнике в течение 1,5 часа.

СОУС С ЯБЛОЧНОЙ НАСТОЙКОЙ

Требуется: 100 г сладкой «Яблочной» настойки, 3–4 зубчика чеснока, 6 яиц, 250 г Швейцарского сыра, 60 г сливочного масла, зелень, соль и перец.

Способ приготовления. Настойку нужно выпарить на слабом огне, не допуская бурного кипения, до половины первоначального объема. После этого ее охладите и смешайте с растертым с солью чесноком, яйцами, тертым сыром, предварительно растопленным сливочным маслом и перцем.

Смесь перелейте в эмалированную посуду и подогрейте на слабом огне, непрерывно помешивая, пока соус не загустеет до консистенции жидкой манной каши.

Подавайте этот соус к столу в горячем виде с добавлением свежей измельченной зелени.

БЕЛЫЙ ОСТРЫЙ СОУС С ЭСТРАГОНОМ

Требуется: 800 г белого соуса, 100 мл 9 %-ного уксуса, 4 яичных желтка, 140 г сливочного масла или маргарина, 1 ст. л. «Юбилейной особой» настойки, 20 г эстрагона, 50 г репчатого лука, 70 г петрушки, черный перец горошком.

Способ приготовления. Белый соус: сварите мясной или рыбный бульон. Муку спассеруйте на масле или сливочном маргарине. Медленно вмешайте ее в горячий бульон, предназначенный для соуса, и варите в течение часа. Перед выключением посолите и процедите.

Подготовленные лук и зелень петрушки мелко порубите, перец горошком измельчите вместе со стебельками эстрагона. Все сложите в глубокую эмалированную посуду, залейте уксусом и проварите в посуде с закрытой крышкой в течение 10 минут. Затем добавьте охлажденный белый соус и варите еще 5–10 минут. После охлаждения его до 70 °С добавьте яичные желтки, сваренные при непрерывном помешивании с бульоном и сливочным маслом на паровой бане, и «Юбилейную» настойку. Затем посолите, поперчите.

Довольно острый, этот соус подается к различным мясным жареным блюдам.

КРАСНЫЙ СОУС С КЛЮКВЕННОЙ НАСТОЙКОЙ

Требуется: 600 г мясного бульона коричневого цвета, 50 г сливочного масла или маргарина, 25 г пшеничной муки, 80 г томатной пасты, 50 г лука репчатого, 100 г моркови, 30 г петрушки, 20 г сахара, 50 г сладкой «Клюквенной» настойки, 50 г приправы из перца, 20 г сливочного масла, соль, специи и зелень.

Способ приготовления. Помойте и нарежьте мелкими кубиками морковь, петрушку и лук, спассеруйте на сливочном масле или маргарине вместе с томатной пастой. В глубокую с толстым дном сковороду положите маргарин, дайте ему растопиться, насыпьте пшеничную муку и

спассеруйте ее до коричневого цвета.

Затем разведите мясным бульоном, положите корни и варите в течение 45 минут. После чего добавьте настойку, специи, соль, сахар, приправу из перца и варите еще 20–25 минут. Готовый соус процедите, доведите до кипения и заправьте сливочным маслом и зеленью.

Способ приготовления. Мясной коричневый бульон: промойте и мелко порубите 500 г костей (телячьих, говяжьих или свиных) обжарьте в духовке при температуре 160–170 °С до темно-коричневого цвета. За полчаса до конца обжаривания добавьте корни и лук (по 25 г моркови, сельдерея, хрена и лука), часто помешивая продукты, чтобы они не пригорели.

После этого поместите кости с обжаренными овощами в широкую открытую кастрюлю, залейте водой (около 1 л) и выпаривайте на медленном огне 5–6 часов. Затем добавьте специи (лавровый лист, перец) и варите еще 4 часа, периодически снимая жир.

Для улучшения вкуса можно добавить мясной сок. Готовый бульон, который должен иметь темно-коричневый цвет, запах корней и вкус крепкого мясного бульона, слейте, процедите. Вылейте в бутылку, закройте ее и поставьте в холодильник. Хорошо уваренный мясной бульон застывает в студень (его называют фюме, которое используется для многих пряных соусов).

Если развести фюме горячей водой в соотношении 1:9, то получится коричневый бульон.

ПИКАНТНЫЙ СОУС С НАСТОЙКАМИ

Требуется: 850 г красного основного соуса, 70 г сливочного масла, 50 г «Юбилейной особой» и 50 г «Мятной» настойки, 100 г фюме (смотрите выше), 40 г репчатого лука, 40 г моркови, 25 г петрушки и сельдерея, 40 г эстрагона, немного молотого перца.

Способ приготовления. Красный основной соус готовится следующим образом: приготовьте коричневый бульон (способ приготовления смотрите в предыдущем рецепте), процедите и поделите на две части. Спассеруйте пшеничную муку без жира и, охладив ее до 60–70 °С, добавьте при непрерывном помешивании в теплый бульон. Полученную массу взбейте венчиком до исчезновения комочков.

Лук спассеруйте с морковью и петрушкой, добавьте томатное пюре и вторую половину бульона. Доведите смесь до кипения. Затем смешайте обе заготовки и варите на медленном огне полчаса.

В конце варки нужно добавить жженку из сахара, которая придаст соусу приятный красный оттенок. Соус процедите через сито, доведите до кипения и охладите.

Далее морковь, петрушку, сельдерей и репчатый лук мелко нашинкуйте, спассеруйте на масле, затем добавьте обе настойки, стебельки эстрагона и уварите до 1/3 первоначального объема.

Подготовленную таким образом смесь соедините с красным основным соусом, фюме и проварите все вместе около 30 минут. В конце варки блюдо посолите по вкусу, добавьте черный молотый перец, после чего процедите и дайте немного остыть.

В готовый соус положите мелко нарезанные лепестки эстрагона и прокипятите.

Подавайте соус к жареному мясу, мясным котлетам (из телятины, свинины, баранины), блюдам из птицы и яиц.

КРАСНЫЙ СОУС С ВИШНЕВОЙ НАСТОЙКОЙ

Требуется: 800 г красного основного соуса, 150 г концентрированного куриного бульона, 100 г сладкой «Вишневой» настойки, 200 г виноградного уксуса, 50 г зеленого лука, 60 г сельдерея и петрушки, 2 зубчика чеснока, немного красного острого перца, 2 горошины черного перца.

Способ приготовления. Смешайте куриный бульон с виноградным уксусом. Измельчите петрушку, сельдерей, зеленый лук, чеснок и добавьте к этой смеси. Поставьте кастрюлю на слабый огонь, положите перец горошком и варите 20 минут. Потом влейте горячий красный соус и уваривайте все вместе в течение 30–40 минут. В готовый процеженный соус влейте «Вишневую» настойку, добавьте красный перец, соль и вновь доведите его до кипения.

Этот острый соус нужно подавать к блюдам из птицы, дичи.

КРАСНЫЙ СОУС С ЗЕЛЕНЬЮ

Требуется: 900 г красного основного соуса, 50 г фюме, 50 г сливочного масла, 150 г любого бальзама, несколько ядрышек грецких орехов, немного гвоздики, черного перца горошком, 10 г

соли, 75 г петрушки и сельдерея, 80 г репчатого лука.

Способ приготовления. Лук, петрушку и сельдерей мелко нашинкуйте, гвоздику раздробите и сложите все вместе в глубокую кастрюлю с толстым дном. Залейте бальзамом и варите под крышкой.

Через 5–7 минут добавьте красный основной соус, фюме, измельченные орехи, петрушку (стебли) и вновь варите на слабом огне в течение 10 минут, снимая время от времени с поверхности соуса появляющуюся пенку.

Готовый соус процедите через сито с мелким сечением и добавьте по вкусу соль, сливочное масло. Стебли петрушки ошпарьте кипятком, измельчите и положите в соус.

СОУС С ЭСТРАГОНЫМ УКСУСОМ

Требуется: 900 г красного основного соуса, 100 г бульона, 100 г репчатого лука, 120 г 3 %-ного эстрагонового уксуса, 100 г «Южной» или «Суздальской» настойки, перец, соль.

Способ приготовления. Мелко нарезанный репчатый лук нужно уварить в какой-либо из указанных настоек в глубокой сковороде так, чтобы от первоначального объема осталась 1/3.

В эмалированную посуду вылейте красный основной соус, добавьте бульон и пассеровку, а затем соль, перец и эстрагоновый уксус. Вновь доведите соус до кипения. Затем остудите и подайте к горячему жареному мясу.

СОУС С ЧЕРНЫМ РИЖСКИМ БАЛЬЗАМОМ ДЛЯ ТЕФТЕЛЕЙ

Требуется: 800 г красного основного соуса, 40 г сливочного масла или маргарина, 100 г репчатого лука, 80 г моркови, 100 г черного «Рижского» бальзама, 20 г зелени петрушки или сельдерея, 50 г сладкого зеленого перца, 1 г перца черного горошком, 3–4 лавровых листка.

Способ приготовления. Подготовленные овощи мелко нарежьте и спассеруйте на сливочном масле так, чтобы они немного подрумянились. Следите, чтобы они не подгорели. Соедините их с красным основным соусом, добавьте специи; варите на слабом огне, помешивая, в течение 10 минут. Бальзам добавляют в конце варки.

Обычно этот соус подают в горячем виде к тефтелям, а также котлетам, биточкам и т. д.

СОУС ЯИЧНЫЙ С «ЮБИЛЕЙНОЙ» НАСТОЙКОЙ

Требуется: 5 яиц, 3 яичных желтка, 180 г сахарной пудры или сахарного песка, 550 г «Особой Юбилейной» настойки, 1–2 ч. л. сока лимона, 1/2 ч. л. лимонной цедры, соль.

Способ приготовления. Взбейте с сахаром отдельно яйца и яичные желтки. Нагрейте настойку. В большую эмалированную посуду с толстым дном осторожно (чтобы пена не села) влейте небольшими порциями поочередно взбитые желтки. Затем вино, лимонную цедру и поставьте все на слабый огонь. Потом взбейте до образования пышной массы.

Подавайте к пудингам и запеканкам.

ЛУКОВЫЙ СОУС С «ПЕРЦОВКОЙ»

Требуется: 800 г красного основного соуса, 45 г сливочного маргарина, 30 г сливочного масла, 300 г репчатого лука, 2 ст. л. «Перцовки», 1 ч. л. сахара, 75 г 9 %-ного уксуса, 0,5 г перца горошком, 0,2 г лаврового листа.

Способ приготовления. Нарежьте лук кольцами, слегка спассеруйте на сливочном масле до образования золотистого цвета. В спассерованный лук влейте уксус, положите перец горошком, лавровый лист и кипятите 10 минут. После этого добавьте красный основной соус, соль и сахар по вкусу и варите в течение 10–15 минут на слабом огне. В конце варки заправьте сливочным маслом и добавьте «Перцовую» настойку.

Подавайте этот оригинальный соус к тушеному мясу, биточкам, котлетам.

ЛУКОВЫЙ СОУС «ПИКАНТНЫЙ»

Требуется: 800 г красного основного соуса, 45 г сливочного маргарина, 30 г сливочного масла, 300 г репчатого лука, 1 ч. л. сахара, 75 г 9 %-ного уксуса, 100 г тертого хрена, 50 г Южной настойки, перец горошком, 2 лавровых листа.

Способ приготовления. Репчатый лук мелко порубите и спассеруйте на сливочном масле почти до полной готовности. Добавьте в него уксус, перец горошком, лавровый лист и кипятите в течение 10 минут.

Полученную массу соедините с красным основным соусом и, посолив по вкусу, варите в

течение 10–15 минут на медленном огне. Доведите до кипения, заправьте «Южной» настойкой, сахаром и сливочным маслом.

Хрен можно положить на блюдо непосредственно перед подачей или добавить в бульон, которым затем полить блюдо.

Этот пикантный соус нужно подавать к филе, лангетам, биточкам и котлетам из рубленого мяса.

Думаем, что приведенные нами рецепты пряных соусов с добавлением различных настоек и бальзамов будут оценены вами по достоинству. Кроме того, проявив совсем немного изобретательности и фантазии, вы сможете на основе наших рекомендаций изобрести свои совершенно новые и оригинальные соусы, которые позволят разнообразить ваш ежедневный рацион и внести яркость и неповторимость в любое семейное застолье.

ГЛАВА 7. ВКУСНАЯ ВЫПЕЧКА И ДЕСЕРТ

Настойки и бальзамы можно использовать для приготовления не только соусов. Они могут пригодиться и для всевозможной выпечки, и десертов. На основе бальзамов и настоек можно создать различные напитки (не только вкусные, но и полезные для здоровья и поддержания тонуса).

Рецепты в этой главе рассчитаны на тех, кто любит фантазировать и не боится экспериментировать на кухне.



ВЫПЕЧКА

Любая хозяйка знает, что в выпечку очень полезно добавлять жидкость на спиртовой основе: вино, водку, ром и прочее. Это придает ей не только приятный аромат, но и цвет (например, вишневое вино), а главное — восхитительный вкус. Наряду с вином, ромом, водкой и другими алкогольными напитками для приготовления выпечки также используются разные настойки и

бальзамы.

Если вы добавляете в тесто какой-нибудь из этих напитков, то можете не волноваться — выпечка пропекается равномерно и не деформируется. Естественно, если низ коржа подгорел, а верх еще не готов, то чтобы вы ни положили в тесто, выпечка все равно не будет удачной. Это зависит от того, как работает духовой шкаф.

ТОРТ ИЗ КЕКСА С ШОКОЛАДНЫМ КРЕМОМ

Требуется: 500–600 г кекса, крем масляный или белковый, 1 ч. л. растворимого кофе. 1 ст. л. лимонной или малиновой настойки, 50 г миндаля, немного порошка какао или шоколада.

Способ приготовления. Кекс нарежьте вдоль на 4 пласта, при необходимости пропитайте малиновым сиропом или пропиточной жидкостью, заправленной настойкой.

Добавьте в крем шоколад или какао и заправьте его растворимым кофе и настойкой. Пласты кекса соедините кремом и слегка прижмите. Поверхность торта и боковые стороны покройте оставшимся кремом и украсьте целым миндалем, очищенным от оболочек.

ТОРТ КОФЕЙНЫЙ С ВАФЛЯМИ

Требуется: готовые вафли (3 кружка), 250 г очищенных грецких орехов, 200 г сахарной пудры, 200 г сливочного масла, 100 г сливок, 100 г сахара, 30 г молотого натурального кофе, 5 яиц, 30 г сладкой лимонной настойки, ванилин.

Способ приготовления. Орехи измельчите и смешайте с сахаром, сливками и ванилином, все тщательно перемешайте до получения густой массы.

Желтки разотрите с сахаром, добавьте сливочное масло, настойку и 2 ч. л. крепкого натурального кофе. На первый кружок вафли положите половину кофейного крема, прикройте вторым кружком, на него выложите сверху ореховую массу, прикройте третьим кружком. Верх и бока торта смажьте кофейным кремом, посыпьте тертыми орехами, украсьте мармеладом.

ПРЯНИЧНЫЕ ПИРОЖНЫЕ

Требуется: 1,5 стакана перекрученных на мясорубке пряников, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. сахарной пудры, 1–2 ст. л. сладкой медовой настойки, карамель.

Способ приготовления. Масло взбейте с сахарной пудрой, добавьте измельченные пряники, перемешайте, скатайте в виде рулета диаметром 3 см, обваляйте в измельченной карамели и положите в холодильник.

К столу подайте, разрезав рулет на ломтики толщиной 2 см. При желании можно украсить изделие цветным мармеладом.

ХЛЕБНЫЙ ТОРТ

Требуется: 3/4 стакана черствого натертого хлеба, 1 ст. л. муки, 5 яиц, 1/2 ч. л. корицы, 1/4 ч. л. гвоздики, апельсиновая цедра, 1 ст. л. какао, сливочное масло для смазки формы, панировочные сухари.

Для начинки: 1 стакан фруктового или ягодного густого повидла, 1/2 стакана ягодного сока, разбавленного 1 ч. л. лимонной настойки, 1 ст. л. негорького бальзама.

Для украшения: крем масляный с ванилином или какао, кусочки шоколада, орехи.

Способ приготовления. Яичные желтки взбейте с сахаром, добавьте измельченные пряности, какао и тертый хлеб вместе с мукой. В последнюю очередь влейте в тесто яичные белки, взбитые в крепкую пену. Тесто выложите в смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями разъемную форму и выпекайте в духовке при умеренной температуре в течение 30 минут. Полуостывшую лепешку выньте из формы и накройте полотняной салфеткой.

Охлажденную лепешку разрежьте на два пласта, пропитайте их ягодным сиропом или соком, разбавленным настойкой, влейте 1 ст. л. бальзама. Нижний пласт намажьте фруктовым или ягодным повидлом, покройте вторым пластом и слегка прижмите. Верх и боковые стороны торта смажьте каким-либо масляным кремом, бока прокройте крошкой. Сверху посыпьте торт измельченными обжаренными орехами и тертым шоколадом.

ТОРТ «ПЕРВЫЙ ПОЦЕЛУЙ»

Требуется:

Для белкового теста: 4 яичных белка, 1 стакан сахара, 1 стакан измельченных грецких орехов;

Для песочного теста: 2 яичных желтка, 3/4 стакана сахара, 150 г сливочного масла, 1 ст. л. бальзама «Биттнер», 1/2 ч. л. соды, погашенной уксусом, 2 стакана муки.

Для крема: 2 желтка, 1 стакан сахара, 3/4 стакана молока, 1 ч. л. муки, 250 г сливочного масла, 2 ст. л. лимонной настойки.

Способ приготовления. Для того чтобы яичные белки хорошо взбивались, поместите их на некоторое время в морозильную камеру. Затем их взбейте в густую пену. Продолжая взбивать, добавляйте понемногу сахар. После этого белковую массу осторожно, чтобы пена не осела, перемешайте с орехами. Выложите все в форму, застеленную пергаментной бумагой, можно просто посыпать мукой. Выпекайте в негорячей духовке в течение 40–50 минут.

Способ приготовления песочного теста. Желтки разотрите с сахаром, добавьте размягченное сливочное масло (можно сливочный маргарин), бальзам, муку, соду и замесите некрутое тесто (оно не должно липнуть к рукам). Тесто поставьте в холодильник на 30 минут, после этого испеките 2 песочных коржа в духовке при средней температуре.

Способ приготовления крема. Желтки размешайте с сахаром, влейте молоко с разведенной в нем мукой, все перемешайте и поставьте на слабый огонь. Непрерывно помешивая, доведите до кипения. Масло взбейте до образования белого цвета: взбивая, постепенно добавляйте остывший заварной крем и лимонную настойку. Остывшие коржи смажьте кремом. Располагаться они должны следующим образом: сверху и снизу песочные, а посередине — белковый. Бока торта также необходимо смазать кремом. Готовый торт украсьте орехами и тертым шоколадом.

ТОРТ «БЕЛОСНЕЖКА»

Требуется:

Для теста: 6 белков, 2 стакана сахарной пудры, 1/2 стакана молотых грецких орехов, 1/2 стакана муки.

Для крема: 300 г сливочного масла, 2/3 стакана сахарной пудры, 6 желтков, ваниль на кончике ножа, 2 ст. л. лимонной настойки.

Способ приготовления. Белки взбейте в густую пену, продолжая взбивать, постепенно добавляйте сахарную пудру. В полученную массу осторожно добавьте орехи и муку. Форму для торта смажьте сливочным маслом и посыпьте мукой или сухарями. Тесто разделите на 4 части и испеките 4 коржа в духовке при умеренной температуре. Коржи охладите.

Для того чтобы приготовить крем, размягченное масло разотрите с сахарной пудрой, добавьте желтки, ваниль и лимонную настойку. Все тщательно перемешайте. Коржи уложите друг на друга, смазывая кремом. Поставьте торт в холодильник на 1 час.

ТОРТ «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ»

Требуется:

Для теста: 5 яичных белков, 2 стакана сахарной пудры, 3 ст. л. какао, 1,5 ст. л. крахмала, 1 ст. л. бальзама, 3/4 стакана молотых белых сухарей, 1,5 стакана измельченных грецких орехов.

Для крема: 5 желтков, 1,5 стакана сахара, 3 ст. л. какао, 1/3 стакана молока, 300 г сливочного масла.

Способ приготовления. Белки взбейте в густую пену с сахарной пудрой, добавьте какао, крахмал, бальзам и все осторожно перемешайте с сухарями и орехами. Форму смажьте растительным маслом, сверху положите промасленную бумагу или посыпьте мукой. Из белковой массы в нежарком духовом шкафу испеките три коржа.

Способ приготовления крема. Желтки взбейте с сахаром, добавьте какао, молоко, все хорошо перемешайте. Поставьте на слабый огонь и, непрерывно помешивая, доведите до кипения. Разотрите деревянной лопаточкой масло и соедините его с остывшим заварным кремом. Переложите им коржи, хорошо смажьте бока торта и посыпьте все тертым шоколадом, смешанным с грецкими орехами. Можно украсить торт зернышками граната, половинками ядрышек орехов, кусочками шоколада.

ТОРТ «ЗВЕЗДА ВОСТОКА»

Требуется: 2 яйца, 2 стакана сахара, 4 ст. л. меда, 1 ст. л. лимонной настойки, 1 стакан изюма, 1 ч. л. соды, уксус.

Для крема: 300 г сливочного масла, 1/2 стакана сахара, 400 г сметаны. Для верхнего коржа: 1/2 стакана сметаны и 1/2 стакана повидла (любого).

Способ приготовления. Белки с сахаром взбейте в густую пену. Желтки разотрите с оставшимся сахаром и, продолжая растирать, понемногу добавляйте мед, а потом настойку. Полученную массу соедините со взбитыми белками, распаренным изюмом. Погасите соду уксусом и вылейте в полученную смесь. Замесите некрутое тесто и испеките 5 коржей.

Способ приготовления крема. Взбейте масло с сахаром. Не прекращая взбивать, добавляйте сметану по 1 ч. л. Этим кремом смажьте 4 коржа. Верхний корж смажьте сначала повидлом, а потом сметаной. Торт можно украсить фруктами из варенья или компота, цукатами, карамелью.

ТОРТ «ВИШЕНКА»

Требуется:

Для теста: 400 г муки, 200 г сливочного масла или 250 г маргарина, 200 г сахара, 2 яйца, 1/2 ч. л. соды, уксус, 1 ст. л. капли вишневой настойки.

Для начинки: 1 кг вишен (без косточек), 1 стакан сметаны, 2 яйца.

Способ приготовления. Яйца разотрите с сахаром, смешайте с размягченным сливочным маслом или маргарином, настойкой, мукой. Погасите соду уксусом и соедините с остальными ингредиентами. Замесите мягкое тесто. 1/3 теста отделите и добавьте 1–2 ч. л. сметаны и 1 ст. л. муки. Все перемешайте и поставьте в холодильник. Оставшиеся 2/3 теста раскатайте в пласт толщиной 1 см. Уложите его на сковороду, покрытую калькой или смазанную маслом таким образом, чтобы края теста образовывали бортик. Сверху положите вишню, посыпьте ее сахаром (1/2 стакана), полейте сметаной, смешанной с двумя желтками.

Затем из теста, вынутого из холодильника, сделайте полоски (ширина и толщина — 1 см, длина зависит от размера формы) и уложите их на торт в виде решетки. Выпекайте его в духовом шкафу на слабом огне в течение часа.

После того как торт немного остынет, его следует украсить. Для этого взбейте белки со стаканом сахара. Этой массой намажьте торт и опять поставьте в духовку с очень слабым огнем и выпекайте до тех пор, пока белки не приобретут кремовый цвет.

ТОРТ С ЛИМОННОЙ НАСТОЙКОЙ

Требуется: для теста: 100 г муки, 4 яйца, 1 пакетик ванильного сахара, цедра 1/2 лимона, щепотка соли, 80 г крахмала, 1 ч. л. разрыхлителя для теста, 100 г малинового желе, 5 ст. л. сладкой лимонной настойки, жир и мука для формы, разъемная форма, 1 кондитерский мешочек с насадкой.

Для начинки: 3 яйца, 250 г молока, 50 г сливочного масла, 100 г сахара, 200 г кувертюра из молочного или полугорького шоколада.

Для украшения: шоколадный крем и шоколадная стружка.

Способ приготовления. Нагрейте духовку до 175 °С. Разъемную форму смажьте жиром или присыпьте мукой. Аккуратно отделите белки от желтков. Желтки вместе со 150 г сахара, ванильным сахаром и лимонной цедрой взбейте до получения пенистой массы. Белок разотрите с солью. Перемешайте их с желтковой массой, добавьте муку, крахмал и разрыхлитель.

Форму равномерно наполните тестом, выпекайте около 25 минут. Достаньте из формы и дайте остыть.

Бисквит разрежьте на два коржа: один должен быть в 2 раза толще другого. Тонкий корж смажьте желе. Толстый нарежьте кубиками и пропитайте сладкой настойкой и дайте пропитаться.

Для приготовления начинки смешайте 125 мл молока с 3 яйцами. Оставшееся молоко доведите до кипения и, помешивая, добавьте яичную смесь. Вновь доведите до кипения и остудите.

Сливочное масло разотрите с сахаром и постепенно добавляйте его во взбитую яичную смесь (по 1 ч. л.). Смешайте полученную массу с размоченными в настойке кубиками бисквита.

Украсьте торт шоколадным кремом, а сверху посыпьте шоколадной стружкой. Поставьте торт в холодильник на 1 час.



ДЕСЕРТ

ДЕСЕРТ «КЛУБНИЧКА»

Требуется: 750 г отборной клубники, 6 мл сладкой миндальной настойки, 150 г полугорького шоколада, 400 г ванильного мороженого, бисквитное печенье в виде палочек.

Способ приготовления. Клубнику помойте, просушите. У половины ягод удалите листочки, а у половины оставьте, чтобы потом клубнику было легче брать. Ягоды без листочков сбрызните миндальной настойкой и оставьте пропитаться на 15 минут.

Шоколад разделите на дольки и положите в эмалированную посуду. Растопите на водяной бане, время от времени помешивая.

Ягоды с листочками обмакните в растопленный шоколад. Чтобы облегчить эту процедуру, воспользуйтесь деревянной зубочисткой, наколов на нее ягоду.

Клубнику в шоколаде подавайте вместе с ягодами, политыми миндальной настойкой, и шариками мороженого. Одновременно подайте бисквитное печенье.

ДЕСЕРТ С БАЛЬЗАМОМ

Требуется: 700 г малины, 1,5 стакана сладкого бальзама (желательно с фруктовым вкусом), 4 стакана воды, цедра и сок 1 лимона, 1,5 стакана сахарного песка.

Способ приготовления. Ягоды протрите через сито. Отдельно смешайте бальзам, воду, цедру и сок лимона, сахарный песок. Прокипятите смесь, соедините с ягодным пюре, охладите. Хотите сделать десерт погуще — положите больше ягод, предпочитаете вкусный сироп — ягод возьмите меньше.

МУСС КЛУБНИЧНЫЙ

Требуется: 500 г клубники, 8 г белкового желатина, 1 стручок ванили, 300 г нежирного йогурта, 75 г сметаны высокой жирности, 125 г сахарной пудры, 4 ст. л. лимонного сока, 2 белка, 4 ст. л. малиновой настойки, 150 мл сливок, 100 г пирожных безе, 100 г шоколада, листики мяты.

Способ приготовления. На 3 минуты замочите желатин. Надрежьте стручок ванили и выберите мякоть. Взбейте до однородной массы йогурт, сметану, 75 г сахарной пудры, ваниль и лимонный сок.

Желатин растворите в малиновой настойке. Положите в сметанно-йогуртовую массу.

Отдельно взбейте яичный белок и сливки в густую пену. То и другое осторожно добавьте в мусс. Поставьте на 6 часов в холодильник. Клубнику вымойте и очистите. Из половины сделайте пюре, смешав с 50 г сахарной пудры. Оставшиеся ягоды нарежьте кусочками. Раскрошите безе, шоколад разломите на кусочки.

Мусс выложите ложкой небольшими порциями поверх клубничного пюре и нарезанной клубники. Украсьте листиками мяты, кусочками шоколада и безе.

КЛУБНИЧНО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ ДЕСЕРТ

Требуется: 5 крупных апельсинов, 400 г отборной клубники, 20 мл апельсиновой настойки, сахар, мята или мелисса для украшения.

Способ приготовления. Очистите апельсины от кожуры и удалите пленку. Нарежьте их кружочками толщиной приблизительно 5 мм. Выделившийся при этом сок соберите в отдельную посуду.

Клубнику вымойте, удалите плодоножки. Ягоды нарежьте вдоль тонкими ломтиками.

На большом блюде разложите подготовленные фрукты. При этом начинать следует с апельсинов. Затем сверху красиво разложите ломтики клубники.

Выжмите сок оставшегося апельсина, смешайте его с собранным соком и апельсиновой настойкой, добавьте сахар по вкусу и полейте им фрукты. Подавайте к столу, украсив мятой или мелиссой.

КЛУБНИКА В НАСТОЙКЕ С ТВОРОГОМ

Требуется: 500 г клубники, 1 апельсин, 1 пакетик ванильного сахара, 4 ст. л. настойки «Юбилейной особой», 3 ст. л. сахара, 4–5 ст. л. молока, 200 г творога, 150 мл сливок.

Способ приготовления. Клубнику вымойте, обсушите, четыре ягоды отложите для украшения. Остальные очистите и разрежьте на две или четыре половинки.

Апельсин обдайте горячей водой и обсушите. Снимите с него кожуру и нарежьте ее тонкими полосками. Из мякоти выжмите сок.

Апельсиновый сок, настойку и сахар перемешайте, пока сахар не растворится. Залейте полученной смесью клубнику и поставьте на 1 час в холодильник.

Сливки с ванильным сахаром взбейте в густую пену. Творог разотрите и добавьте к сливкам.

Клубнику разложите в 4 десертные вазочки, сверху выложите творожную массу. Украсьте разрезанными ягодами и полосками апельсиновой кожуры.

ЖЕЛЕ ИЗ МАЛИНОВОГО СИРОПА С ЛИМОННОЙ НАСТОЙКОЙ

Требуется: 350–400 г воды, 6–7 ст. л. малинового сиропа, 1/2 ч. л. сладкой лимонной настойки, 12–15 г желатина, ягоды малины, цедра 1 лимона.

Способ приготовления. В горячей воде растворите малиновый сироп, соедините лимонную цедру или измельченную на терке кожуру лимона, смесь доведите до кипения. Затем снимите с огня, процедите, добавьте настойку, растворенный желатин. Все хорошо размешайте, разлейте в порционные формочки и охладите.

ЖЕЛЕ СО СЛАДКИМ БАЛЬЗАМОМ

Требуется: 0,25 л воды, 0,25 л сладкого бальзама, 3–4 ст. л. сахара, 12–13 г желатина, ягоды вишни.

Способ приготовления. В горячую воду положите сахар, доведите до кипения. Смешайте с растворенным процеженным желатином, охладите до комнатной температуры. Затем добавьте бальзам, ягоды вишни. Все смешайте, разлейте в порционную посуду и охладите.

БАНАНОВЫЙ ПУДИНГ С ЛИМОННОЙ НАСТОЙКОЙ

Требуется: 350–400 г молока, 1,5 ст. л. манной крупы, 5–6 бананов, 4 яйца, 3–4 ст. л. сахарного песка, 1 ст. л. лимонной настойки, 1–2 ч. л. лимонной цедры, 1 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления. Приготовьте манную кашу: молоко доведите до кипения, медленно добавляйте просеянную манную крупу. Яичные желтки разотрите с сахаром. Бананы разомните. Манную кашу соедините с бананами, яичными желтками, с сахаром, добавьте лимонную настойку, лимонную цедру. Хорошо размешайте. Затем в два приема введите яичные белки, осторожно мешая сверху вниз.

Форму смажьте маслом, заполните ее смесью до 3/4 объема. Поставьте в кастрюлю с водой и варите на пару до загустения (образования плотной массы). Перелейте массу в красивую форму, украсьте дольками бананов и ягодами и охладите в холодильнике.



НАПИТКИ НА ОСНОВЕ НАСТОЕК И БАЛЬЗАМОВ

Бальзамы и настойки широко используются в приготовлении различных напитков, в частности пуншей, морсов.

Их вы не только можете сделать для своих домашних, но также использовать в качестве праздничных коктейлей для гостей.

НАПИТОК-АПЕРИТИВ «ПРАЗДНИЧНЫЙ»

Требуется: 2/4 стакана водки, 1/4 стакана абрикосового ликера, 1/4 стакана сухого белого вермута, 2–3 капли любого бальзама.

Способ приготовления. Смешайте все компоненты в шейкере или миксере. Подавайте в мадерной рюмке без льда.

ВОДКА «ОЛД-ФЭШЕНД»

Требуется: 20 мл водки, 1 кусок быстрорастворимого сахара, 2–3 капли бальзама, 1 ч. л. нарзана, долька апельсина, цедра 1 лимона, лед.

Способ приготовления. На дно стакана положите кусок сахара, затем добавьте бальзам, нарзан и все перемешайте. Потом вылейте водку. Положите в стакан 2–3 кубика льда и тщательно

перемешивайте ложкой до полного растворения сахара. Выжимайте и кладите в коктейль кусочек цедры лимона. Украсьте долькой апельсина и вишней.

НАПИТОК «ГОЛДЕН РОУЗ»

Требуется: 2/3 коньяка, 1/3 красного десертного вермута, 2–3 капли любого бальзама, 1–2 ягоды вишни.

Способ приготовления. Смешайте все компоненты в миксере. Подавайте без льда. Украсьте вишней.

НАПИТОК «ЛЕДИ ДИАНА»

Требуется: 1/2 сухого белого вина, 1/2 сухого красного вина, 2–3 капли бальзама, цедра апельсина.

Способ приготовления. Смешайте все компоненты в миксере и перелейте в высокий узкий бокал, украсив его край цедрой апельсина.

НАПИТОК «САЛЮТ»

Требуется: 1/2 водки, 1/2 настойки «Русский сувенир», лимонная цедра.

Способ приготовления. Смешайте все компоненты в миксере, перелейте в высокий узкий бокал. Подавайте без льда, выжмите и опустите в напиток кусочек лимонной кожицы.

НАПИТОК «ЛИМОННЫЙ»

Требуется: 2/3 лимонной настойки, 1/3 сухого хереса.

Способ приготовления. Смешайте все компоненты в миксере и перелейте в высокие узкие бокалы.

НАПИТОК «ПОЛНОЧНАЯ ЖАРА»

Требуется: 2/5 «Лимонной» настойки, 2/5 сухого белого вермута, 1/5 сахарного сиропа, лимонная цедра.

Способ приготовления. Смешайте в миксере все компоненты и перелейте в высокий узкий бокал, украсьте тертой лимонной цедрой.

НАПИТОК «ЦУНАМИ»

Требуется: 2/4 настойки «Горилка с перцем», 1/4 томатного сока, 1/4 лимонного сока, соль.

Способ приготовления. Смешайте все компоненты миксером и перелейте в высокий бокал.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение нам хотелось бы поблагодарить читателей за проявленный интерес к данной книге. Надеемся, что мы смогли удовлетворить вкусы и щепетильных дам, и требовательных мужчин. Думается, что те главы, в которых речь шла о кулинарных рецептах, пришлось по душе и тем, и другим, а «бабушкины советы» добавляют мира и спокойствия в семейные отношения.

Хотелось бы надеяться, что сей труд помог многим читателям по-новому взглянуть на такие традиционные напитки, как бальзамы и настойки.