

Какой продукт едят все народы?

Каждый народ славен своими обычаями и традициями, и это в равной мере относится к пище. У каждого народа есть своя кухня, свои, особые способы приготовления пищи, свои пристрастия. Одни, например, предпочитают молочные продукты, а другие даже вкуса их не терпят. В нашей стране, как и во многих других, не едят лягушек, а во Франции они считаются большим деликатесом. Монголы и тибетцы в Азии, зулусы в Африке не едят никакой рыбы, считая ее несъедобной.

О вкусах не спорят. Однако при всем их разнообразии есть один продукт, который употребляют все современные народы. Это хлеб. Он бывает разный по способу приготовления и по форме.

Прежде чем люди научились печь хлеб, они варили из зерен различных растений крутые каши, а потом нарезали их, как сейчас нарезают хлеб. Но кашу долго хранить нельзя: она закисает. До сих пор такие лепешки наряду с обычным хлебом пекут на Кавказе, в Италии, Испании, Ирландии, во многих скандинавских странах. Пресные лепешки считались основной пищей многих народов вплоть до средневековья. И лишь в самом начале средних веков в Европе лепешки начали заменяться хлебом из квашеного теста, которое получа-

ется с помощью дрожжей. В древности дрожжевой хлеб считался особым лекарством, и простым смертным он был недоступен. Особо почитались и пекари - люди, которые занимались изготовлением такого хлеба. В средние века в Европе за убийство пекаря надо было заплатить куда больший штраф, чем за других обычных людей.

Некоторые индийские племена, например, очень заботились о том, чтобы защитить своих соплеменников от злых духов, и в то же время они не охраняли от них ребенка, пока он не начнет есть хлеб. Только приобщение к хлебу делает его человеком, которого отныне надо защищать от демонов.

«Хлеб-соль!» - такими словами с давних времен и до сих пор привет-



ствуют в России дорогих гостей. И еще по старинному русскому обычаю хлеб ни в коем случае нельзя выбрасывать, а если его уронишь, то, подняв с земли, надо не только бережно обернуть, но и поцеловать и даже попросить у него прощения. Этот обычай исполнен огромного нравственного значения, который в тех или иных проявлениях существует во всех странах мира и у всех народов.

Кто был первым хлебопеком?

Первыми, вероятно, начали выпекать хлеб египтяне примерно в 3000 году до новой эры. Хотя иудеи также выпекали хлеб в древние времена, а египтяне открыли дрожжи. С появлением дрожжей стало возможным дать тесту подняться. Так появились высокие буханки хлеба, а иудеи выпекали свой хлеб тонкими блинами, лепешками.

Мы едим в основном хлеб, выпеченный из пшеницы. Ведь только пшеница содержит растительный белок. При выпечке этот белок способствует тому, чтобы булка была выше, пышней. Хлеб получается легкий, вкусный. Ржаная мука не обладает этим качеством, поэтому ее чаще смешивают с пшеничной мукой.

Мы также едим бисквиты, сдобы,



булочки и тому подобное. Они выпечены из пшеничной, кукурузной, рисовой, ржаной, овсяной муки. Кукурузный хлеб, лепешки, сдоба выпечены из кукурузной муки.

В разных странах мира то, что принято называть «хлеб», делается из самых разных продуктов. В Мексике плоская маисовая лепешка выпекается из кукурузы. В Шотландии едят большую шотландскую лепешку — вид жареного пирога из овсяной муки.

Шведы любят плоский, грубый, тяжелый хлеб из ржаной муки. Евреи уже тысячу лет празднуют Пасху, выпекая пресный хлеб под названием «маца». Он делается из муки и воды, смешанных и выпеченных наподобие крекера или вафель. Это тесто не квашеное, оно не содержит тех веществ, которые помогли бы ему подняться.

Почему так нужен хлеб?

Хлеб в том или ином виде едят во всем мире. Его считают основой жизни. Во многих странах хлеб составляет 50% или даже больше ежедневного рациона большей части населения.

Там, где люди имеют маленький доход, а хлеб является самым дешевым продуктом питания, основная часть калорий поступает с хлебом. В Соединенных Штатах, где уровень жизни значительно выше, чем во многих других странах, едят в основном другую, более дорогую пищу. Только 14% калорий поступает с хлебом.

Но даже это количество хлеба содержит необходимые питательные вещества, которые в процентном отношении составляют: 20% белка, 26% тиамина, 14% рибофлавина, 34% железа, 17% кальция. Поэтому вы видите, как важен хлеб.

Поскольку большинство людей ест белый хлеб, а также потому, что люди с низким доходом съедают его много, нашли хороший способ снабжать население хлебом с добавками питательных веществ, которые могут не попасть в рацион. Поэтому хлебопекарная промышленность во многих странах обогащает белый хлеб специальными добавками.

Хотя хлеб можно без труда купить в магазине, но если у вас много лишнего времени, то попробуйте сами испечь его. И тогда вы будете иметь представление, как это не просто — все время самим печь себе хлеб.

• Почемучки

• Мастерито

Сегодня мы будем делать забавные фигурки зверей и птиц. Для работы нам понадобятся: шишки сосновые, еловые, кедровые и ольховые, желуди большие и малые, чашечки желудей, горох, шипы боярышника, барбариса, дикой груши или терновника, косточки черешни и сливы, тонкие изогнутые веточки, перья, кусочки кожи и материи. А также краски и клей ПВА: красками можно подцветить детали фигурок, нарисовать глазки; клей необходим для того, чтобы детали фигурок, собранные вместе, держались крепко.



Из желудей получаются туловища пингвинов и поросят. Головы пингвинов - маленькие желуди. Фигурки могут быть очень выразительны. Надо только брать веточки, изогнутые по-разному. Изгибы веточек делают фигурки живыми. К примеру, если ноги оленя прямые, то олень стоит, если изогнутые - олень бежит, если три ноги прямые, а одна передняя согнута в колене, то кажется, что олень роет копытом землю.

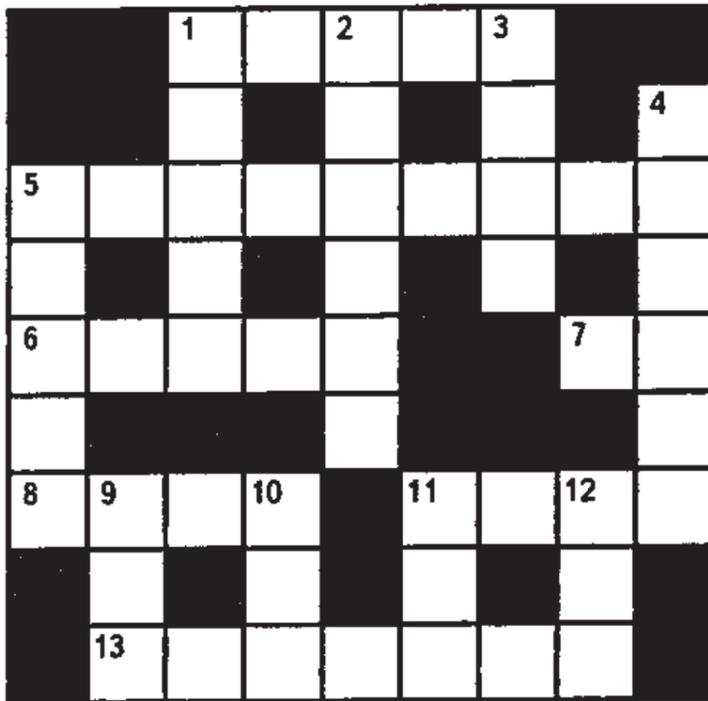
Попробуйте сделать из шишек и желудей сценки, которые вам приходилось наблюдать. Можно сделать сценки из сказок: «Волк и семеро козлят», «Красная Шапочка»...

Фантазируйте на здоровье!



Из рисунков видно, как сделать сову, цаплю, оленей и другие фигурки. Глаза совы - дольки гороха или пуговицы, ушки - мелкие пёрышки или кусочки кожи, ноги проволочные. Клювы птиц делаются из шипов боярышника или дикой груши.

• Кроссворденок «Сказки и загадки»



По вертикали

1. Имя старика, из полена смастерившего Буратино и ставшего отцом этого деревянного мальчика (А. Н. Толстой. Повесть-сказка «Золотой ключик, или Приключения Буратино»). 2. Железный нос в землю врос, роет, копает, землю разрыхляет. (Загадка). 3. Её расставил охотник, чтобы поймать голубку (А. Н. Толстой. Басня «Муравей и голубка»). 4. А в окно (?) ломится, хочет сала поклевать. И мечтает познакомиться, с кем ей нынче зимовать. (В. Берестов. «Стук в окно»). 5. Место работы искусного повара по прозвищу Карлик Нос во дворце герцога (В. Гауф. Сказка «Карлик Нос»). 9. Его отсутствие не позволяло пятилетней Алёнке правильно произносить букву «ш». (В. Драгунский. Рассказ «Заколдованная буква»). 10. Один из героев сказки братьев Grimm «Бременские музыканты», который должен был играть в будущем ансамбле на скрипке. 11. Драчун и забияка, живёт в воде, когти на спине - и щука не проглотит (Загадка). 12. Слово, с помощью которого писатели и поэты передают в своих произведениях «речь» лягушек.

По горизонтали

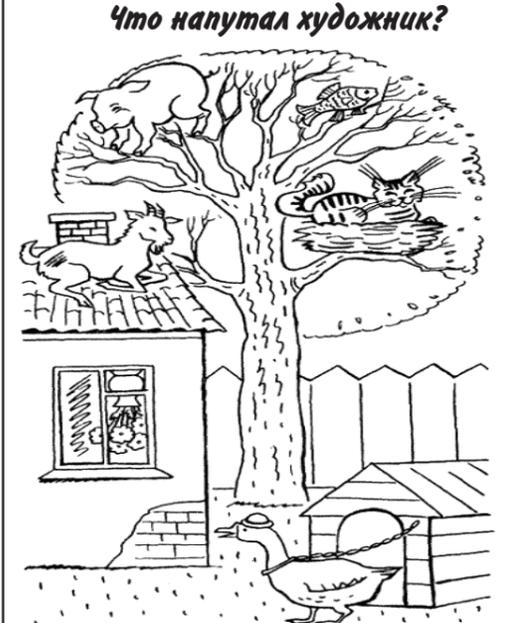
1. Вырос в поле дом, полон дом зерном, стены позолочены, ставни заколочены. Ходит дом ходуном на стволе золотом. (Загадка). 5. Эти птицы попались в мешок, когда кот охотился во второй раз (Ш.Перро. Сказка «Кот в сапогах»). 6. То, что первым показало из-под таинственной шляпы, после того как Вадик попал в неё картофelin (И. Носов. Рассказ «Живая шляпа»). 7. Первое в жизни Буратино слово, которое он дважды произнёс, когда впервые открыл свой рот (А. Н. Толстой. Повесть-сказка «Золотой ключик, или Приключения Буратино»). 8. Всегда во рту, а не проглотишь (Загадка). 11. Название стихотворения К. Чуковского, посвященного праздничному новому году дереву. 13. Этим ласковым словом очень часто называют своих отцов герои русских сказок.

• Отгадай-ка

Пройди лабиринт



Что напутал художник?



• Хохотушки

Аня, 7 лет, сидит за столом и делает уроки. Леночка, 4 года, читает газету.

— Что такое «бык»? — спрашивает она, увидев незнакомое слово.
— Бык — это такой коров! — быстро, не отрываясь от тетради, поясняет старшая сестра.

Боня, 3,5 года, сравнивает родителей с марками автомобилей:
— Я — Шкода, папа - Ауди, а мама - БМВ без крыши!

Антошка, 4 года, рассказывает про боулинг:

— Сначала там в мячик нужно втыкать пальцы. А потом, когда кидаешь,

быстро растыкать...

Ульяна, 3 года 7 месяцев, рассказывает:

— У меня есть друзья: Настя, Андрей, Коля, а ещё у меня есть Витя и Игорёк — запасные, это если мой главный друг Коля заболит.

Аня, находясь в совсем юном возрасте, услышала выражение «конь не валялся» и пришла от него в восторг. На следующий день говорит:

— Мама, что же ты не красишься? Нам через десять минут выходить, а у тебя на лице ещё лошадь не спала!

Кеша, 7 лет, вы-

ходя вместе с мамой из магазина женской одежды, с чувством произносит:

— Пытки закончились и начался рай!

Таня, 4,5 года:
— Корова даёт молоко, мама кормит молоком из груди. А ты, папа, на что годишься?

Разговор с бабушкой:

— Бабуля, а у тебя зеркало разговаривает?

— Нет, Макс, зеркало разговаривает в сказках.

— Я сейчас проверю... Свет мой, зеркальце, скажи! — и напряжённо ждёт... — Да... действительно, не разговаривает.