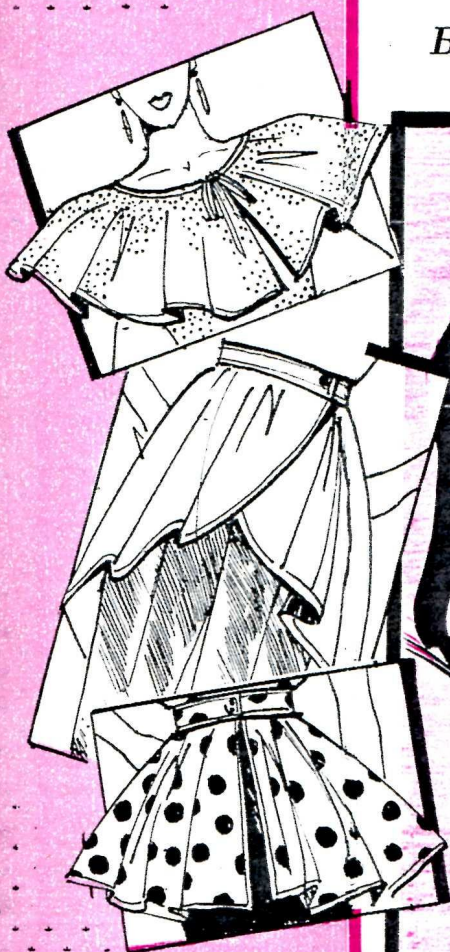


ЧИТАЙТЕ  
В  
«ХОЗЯЮЩКЕ»:

● «Берет  
немыслимый  
такой»

● Воротник...  
на юбке



● Как  
взвесить  
горошину

● Дитя —  
желанное  
или?..



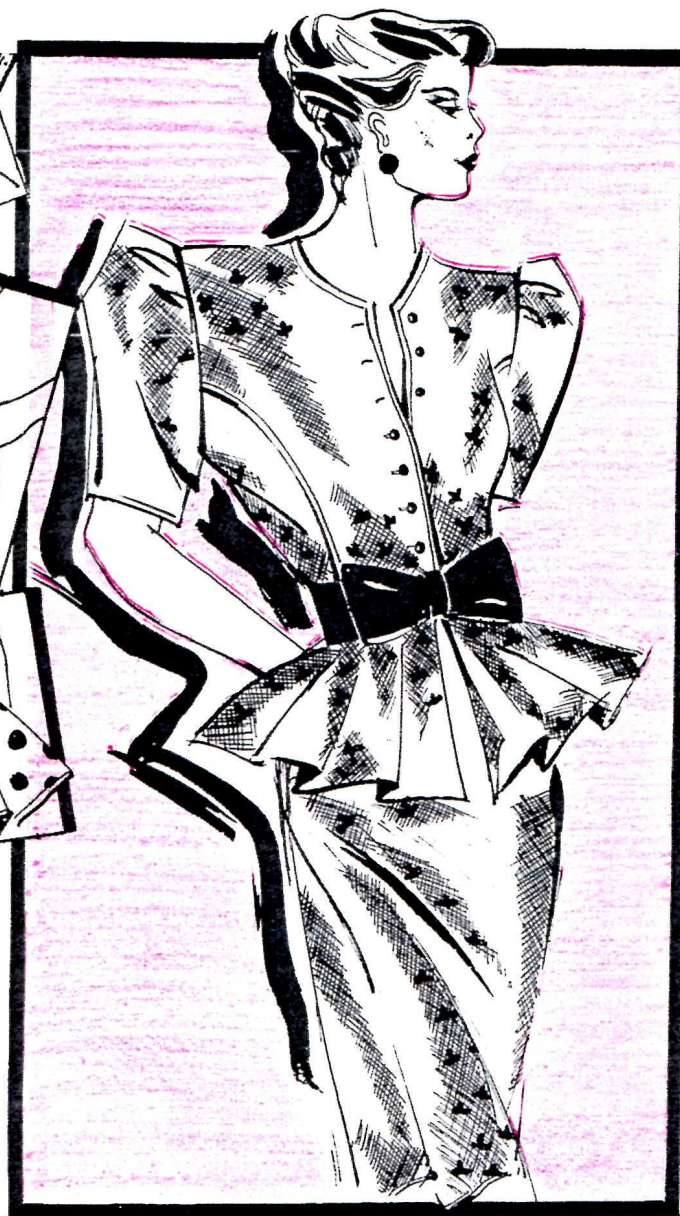
швы, бажан,  
вотчина

Когда баска снова появилась в нарядах модниц, многие отнеслись к ней настороженно: «приживется» ли? Стоит ли шить с ней костюм? Теперь уже нет сомнений: стоит!

Баска хороша на любой фигуре, потому что длина ее, пышность, фасон могут меняться в зависимости от вашего желания. Хотят

те подчеркнуть талию? Сшейте такую, какую мы рекомендуем сегодня. Приходится скрадывать излишнюю полноту? Сделайте баску скромную, почти по фигуре. Можно сделать съёмную баску на шнурке, завязке, поясе и надевать ее к «маленькому платью», к блузке, юбке, даже к брюкам. Баску пошире можно использовать и как пелерину, поуже —

### БАСКА «ДЕЛАЕТ» ТАЛИЮ



как воротник... Полный простор для фантазии!

Костюм, который мы предлагаем вашему вниманию, сшит из хлопка, плотного шелка, льна с лавсаном, легкого крепа, однотонного или с рисунком; на отделку годится цветной кант; украсит костюм пояс с фигурной пряжкой. Выкройки даны на размер 164—96—104 без припусков на швы. Расход ткани при ширине 1 м 40 см — 2 метра.

Жакет приталенный, отрезной по талии, на широкой баске края «солнце». Рукава короткие, втачные, по окату — 4 складочки. На полочке — рельефы фигурной формы. Спинка — с вытачками. Вырез горловины круглый, обработан обтачкой, впереди застежка на пуговицы.

Юбка прямая, со шлицей на заднем полотнище. По линии талии — жесткий пояс. Застежка в среднем шве, на «молнии». Длина юбки — по вашему желанию.

Работаем в такой последовательности:

\* Выкраиваем детали, намечаем рельефы, вытачки. Детали полочки складываем лицевыми сторонами внутрь и стачиваем, швы заутюживаем в сторону середины полочек.

\* На спинке сметываем вытачки по боковой линии, стачиваем их.

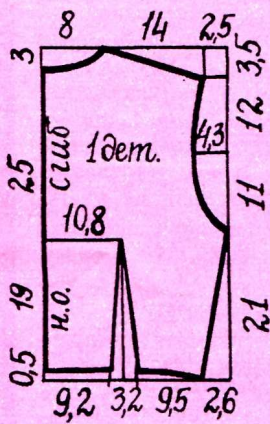
Стачиваем боковые и плечевые швы (ширина шва 1,5 см), разутюживаем их.

\* Обрабатываем горловину и борта цельнокроеными подбортами с полочками. При этом подборта накладываем на лицевую сторону и притачиваем к ним подкройную обтачку горловины. Обрабатываем горловину обтачкой.

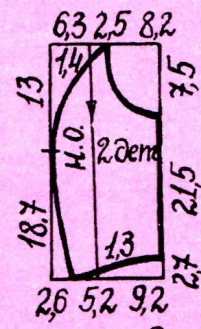
\* Беремся за баску. Детали ее спинки и полочки



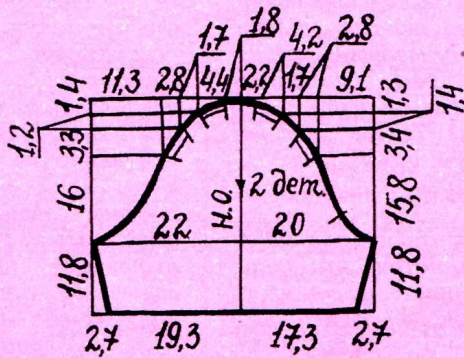
# швы, втамы, выточивания



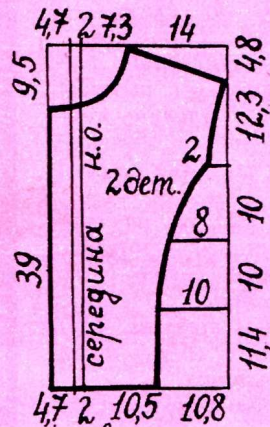
Деталь спинки



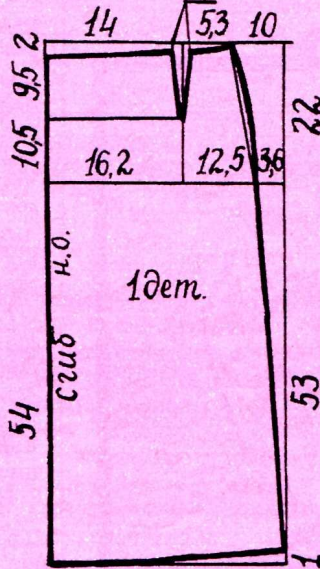
Вторая деталь полочки



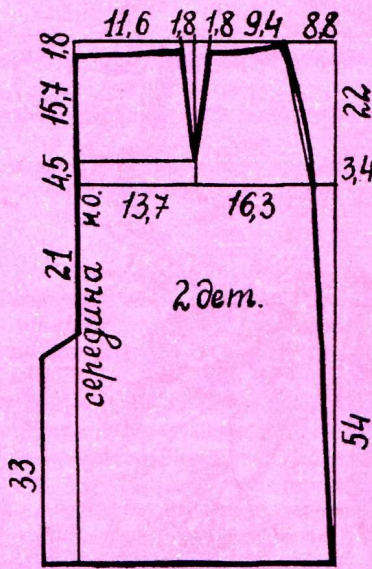
Деталь рукава



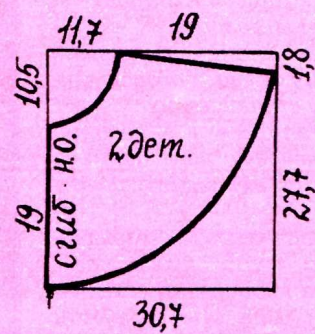
Первая деталь полочки



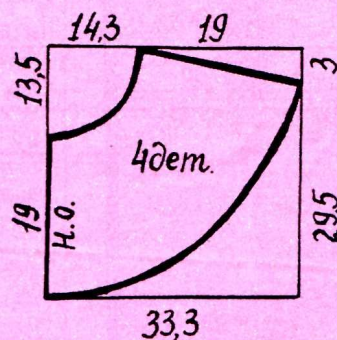
Переднее полотнище юбки



Заднее полотнище юбки

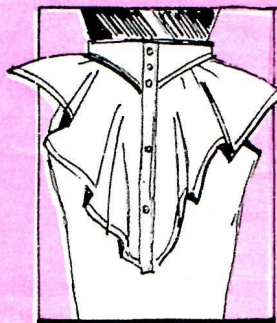


Деталь баски спинки



Деталь баски полочки

н.о. — нить основы



соединяем. Нижнюю часть вместе с прокладкой накладываем на верхнюю лицевой стороной внутрь и стачиваем, оставляя верхний срез свободным. Выворачиваем баску на лицевую сторону, ткань в уголках подрезаем, выметываем баску, соединяем с основной частью жакета. \* Рукава начинаем с мелких деталей: стачиваем складки по окату, заутюживаем к середине. Рукав сшиваем, обрабатываем низ, вывертываем на лицевую сторону (а изделие — наизнанку), вкладываем в пройму «лицом» внутрь, уравниваем срезы и втачиваем со стороны рукава. Ширина шва 1,5 см.

\* На очереди — юбка. Стачиваем средний шов заднего полотнища (между линиями разрезов для «молнии» и шлицы). В верхний разрез шьём «молнию».

\* Стачиваем вытачки и боковые швы.

\* Пояс складываем вдвое вдоль лицевой стороной внутрь, уравниваем срезы, обтачиваем концы, выворачиваем налицо. Обработанный таким образом пояс накладываем на изнанку юбки, уравниваем срезы и притачиваем. Пояс отвертываем на лицевую сторону, срез подгибаем внутрь на 0,5 см и настрачиваем на расстоянии 0,1 см от подогнутого края так, чтобы этот край закрывал строчку притачивания. Приутюживаем готовый пояс.

\* Низ юбки подшиваем. Правую и левую обтачки шлицы отворачиваем по линии сгиба на изнаночную сторону и подшиваем к подгибке низа. Готово!  
Т. АНДРЕЕВА,  
художник-модельер.  
Чертежи и рисунки автора.





# ДЛИННЫЙ ДЖЕМПЕР? МАЛЕНЬКОЕ ПЛАТЬЕ?

Задание на лето

Джемпер смотрится эффектно, современно, а между тем связать его просто, все дело в объемах и особенно — отделке вышивкой. Вам нравится? Так за работу! Длину рассчитайте сами соответственно своему росту.

Выкройка рассчитана на объем груди 96—100 см. Потребуется 250 г пушистой серой шерсти (лучше всего мохера), 100 г такой же, но черного цвета, 300 г серой и 400 г черной шерсти 32/2 (моток которой стоит 5 рублей) в 6 сложений. Спицы № 7.

Для отделки: по 10 г черного и красного мохера или другой пушистой шерсти, немного блесток или блестящих мелких пуговиц. Очень украсит вышивку металлизированная нить золотого или серебряного цвета.

**ОСНОВНАЯ ВЯЗКА** — чулочная, лицевыми по лицевой, изнаночными по изнаночной стороне работы.

**ПЛОТНОСТЬ ВЯЗКИ:** 11 петель в ширину и 16 рядов в высоту чулочной вязки равны 10 × 10 см.

**ПОДГОТОВКА ПРЯЖИ:** серый мохер сматываем в клубок с серой и черной шерстью в 6 сложений. Оставшиеся 100 г черной шерсти сматываем вместе с черным мохером, оставив 10 г для отделки.

**ВЯЖЕМ ПЕРЕД.** Начать на спицы черным клубком 42 петли и вязать резинкой 1 × 1 отрезок в 18 см. Далее — один ряд лицевыми петлями, делая один накид через каждые две петли. В работе 62 петли. Добавляем в вязание серый клубок, вяжем по рис. 1 следующие 28 рядов. Теперь — 4 ряда серым, и делим вязание (идет 31-й ряд) на 2 части.

Вывязываем ГОРЛОВИНУ, в каждом четвертом ряду провязываем две первые петли от выреза вместе. Так работаем до 33-го ряда, убавив таким об-



разом по 8 петель с каждой стороны. В работе 20 петель.

С 33-го ряда от начала выреза приступим к набору петель для цельнокроеного РУКАВА. В этом и всех последующих рядах, до 43-го включительно, прибавляем по 4 петли с краю. А в 44-м набираем петли на всю длину рукава — их должно быть 66. Далее провязываем ровно 30 рядов и собираем обе части вязания на одну спицу.

Подошли к работе над СПИНКОЙ с локтевыми половинками рукавов. Теперь направление вязания — сверху вниз (см. чертеж выкройки — рис. 2).

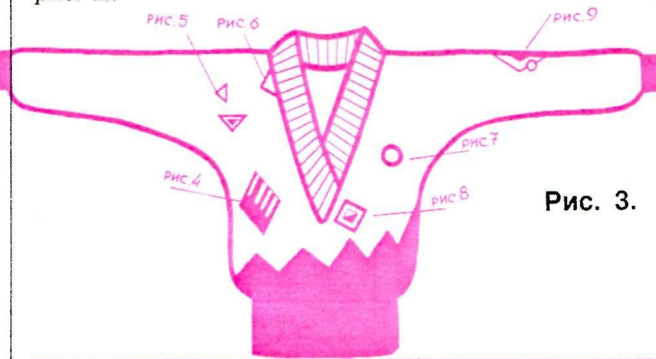


Рис. 1. Одна клетка соответствует двум петлям по горизонтали и двум рядам по вертикали.



Провязываем 30 рядов и начинаем закрывать с обеих сторон по 4 петли в каждом ряду. Провязав 11 рядов, работаем так же, как при вывязывании передней половины джемпера, выполняем рис. 1, только положив перед собой схему «вверх ногами», заканчиваем резинкой 1 × 1 (18 см).

**МАНЖЕТЫ** на рукавах делают так: набирают черной пряжей по 20 петель, вяжут резинкой 5—7 см.

По ГОРЛОВИНЕ набираем 164 петли и резинкой 1 × 1 вяжем 12 рядов. Закрываем петли. Концы воротника пришиваем внахлест.

Расположение фрагментов может быть свободным. Для примера — таким, как на рис. 3. Для вышивания узора 8 используем блестки (или маленькие блестящие пуговицы), пришиваем их тонкой крепкой черной нитью — капрон, шелк — двумя стежками, так, чтобы одна немного находила на другую, как чешуйки у рыб. **СБОРКА** джемпера проста: сшиваем боковые швы и швы рукавов. Готово! Надеваем обнову с удлиненной или короткой юбкой, с брюками. Удобно, красиво, модно.

М. БОРУШКО

Рис. 2.

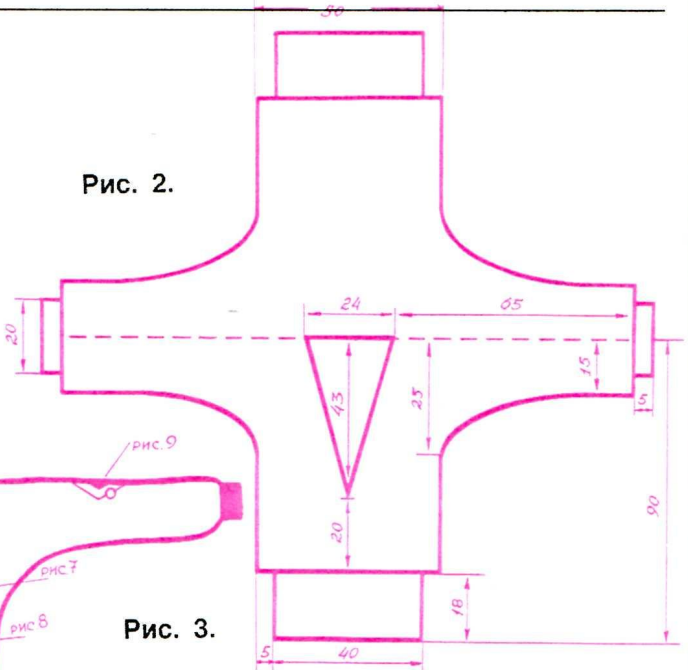


Рис. 3.

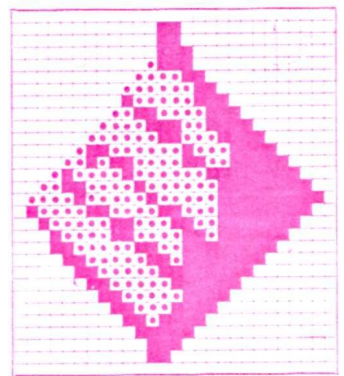
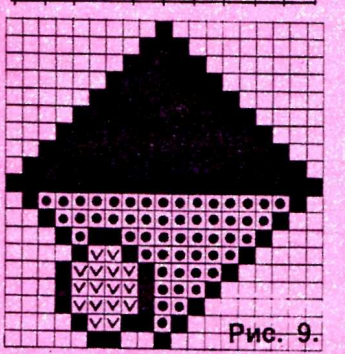
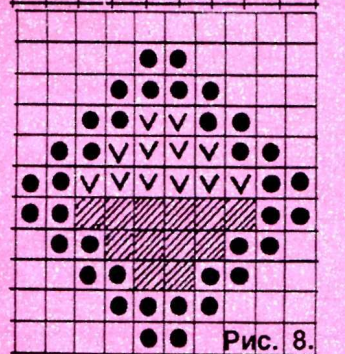
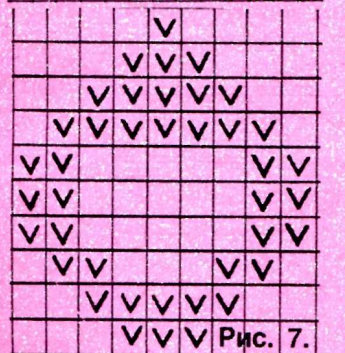
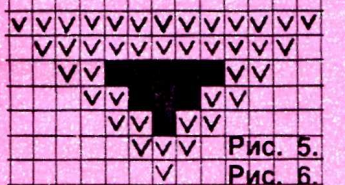


Рис. 4.



# швей, вяжешь, вышиваешь



- Условные обозначения:
- — черный мохер;
  - — красный мохер;
  - ✓ — золотой (в 10 сложений);
  - ▨ — вышить блестками.

## «КТО ТАМ В МАЛИНОВОМ БЕРЕТЕ...»

Вы, разумеется, помните, что это была Татьяна Ларина. И привели мы тут пушкинскую строку только для того, чтобы напомнить: береты были в моде и во времена Онегина! Одна из причин такого успеха — многообразие тканей и фасонов. Так давайте и мы сошьем себе на осень (а она не за горами)

эффективный головной убор.

Начнем с выбора ткани. Средней плотности (и малой стоимости!) пальтовый материал подойдет отлично! Хороши и толстые костюмные ткани, вязаное полотно, фетр, искусственный мех, плотный трикотаж, фланель, бархат, вельвет, джинсовая, даже мебельная ткань. Если у вас сохранились обрезки кожи от перчаток, варежек (понадобится тонкая кожа), можно сшить берет из них или использовать кожу для отделки.

Тому или иному материалу соответствует не всякая модель. Так, трудно себе представить плоский «блинообразный» берет из меха — этот материал хочется задрапировать, сде-

лать модель пышной, мягкой, объемной. И, наоборот, драпировочные складки и сборки в кожаном изделии не будут ни лежать, ни смотреться. Материал диктует фасон!

Итак, о фасонах. Простой берет имеет три детали: дно — круг диаметром АВ (рис. 1), нижнюю часть — кольцо шириной ВГ и прямоугольную полосу, нижний ободок, длина которого соответствует размеру головы, а ширина — вашему жела-

ние, вшейте между дном и кольцом кант, украсьте берет аппликацией, отделкой из кожи, брошью (I).

Вам хочется сшить берет с мягкими складками? С напуском? Тогда нужно изменить конфигурацию нижней детали — кольца. Его внутренняя окружность теперь уже не должна соответствовать окружности головы, как для плоского изделия, а быть больше, чтобы хватило ткани на драпировку (II). Внешний, то есть нижний край кольца присборива-

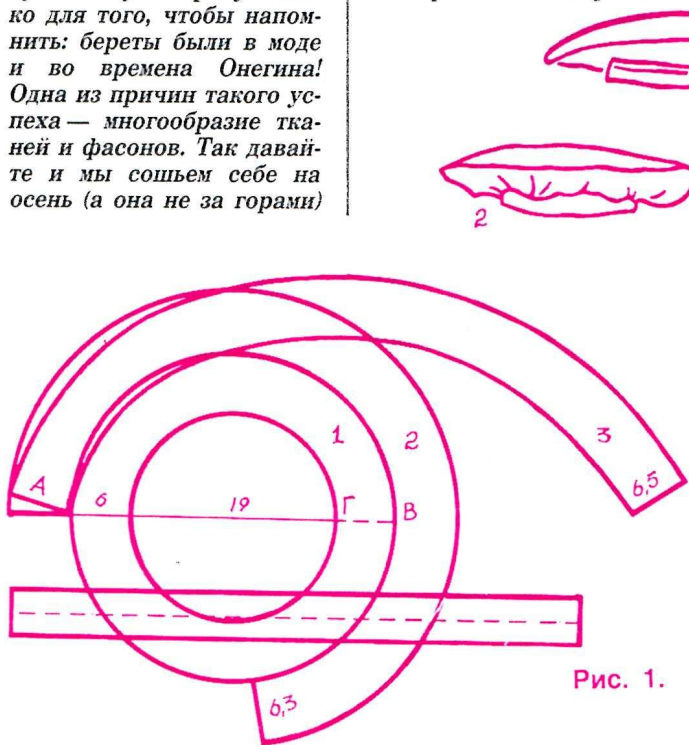


Рис. 1.

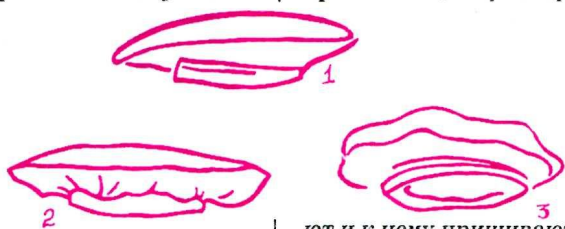


Рис. 2.

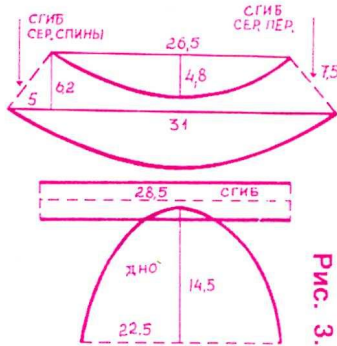


Рис. 3.

нию (при работе ободок будет сложен вдвое). Вот и готовая выкройка плоского берета 57-го размера! Вариации? Пожалуйста. Сделайте шире ободок, увеличьте диаметр дна, на-

ют и к нему пришивают полосу — ободок.

Чтобы драпировка стала более пышной, «распрямите» нижнюю деталь, таким образом еще удлинится край, к которому пришиваем ободок, сборок станет больше (III).

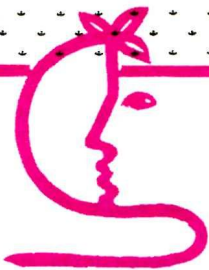
Вы шьете берет из мягкого материала — бархата, меха. Тогда диаметр дна АВ можно увеличить до 35 см, нижнюю деталь — кольцо — оставить заданных размеров. По окружности АВ делаете слабую драпировку, берет становится объемным, мягким.

На рис. 2 и 3 — возможные варианты моделей берета, будем рады, если они вам понравятся. Одна из них (рис. 3) — молодежная, немного экстравагантная, выполняется из жесткого или накрахмаленного материала с прокладкой.

Если же вы хотите иметь берет из натурального меха... Но об этом в других номерах. Пока же, пожалуйста, пересмотрите содержимое своих шкафов, достаньте отслужившие свой век меховые куртки, воротники, подстежки, шапки, детские шубки. Наша следующая тема — обновление и восстановление старого меха.

М. УТКИНА,  
М. ИГНАШЕВА,  
дизайнеры по костюму.





# красота и здоровье

Тяжело услышать такое. Но что делать, в жизни порой бывает и так, что нельзя, невозможно именно сейчас женщине рожать!

## «РЕБЕНОК? НЕ НАДО...»

Причин может быть много, главные, конечно, те, что связаны с состоянием здоровья будущей матери. Очень важно также выдерживать промежутки между родами — если он менее двух с половиной лет, то сильнее опасность осложнений при родах и впоследствии.

Многие женщины знают только один выход: аборт. Но выход ли это? Интимная жизнь потому и называется интимной, что вторжение в нее посторонних болезненно, мучительно, неприятно. На эти темы и говорить-то не принято! Может быть, потому столько женщин терпят мучения, которых вполне можно избежать, следует только обратиться к врачу.

Ни для кого не секрет, что аборт крайне вреден для здоровья, у каждой четвертой он осложняется воспалением внутрен-

них органов, нередко приводящим к тяжелым последствиям вплоть до бесплодия, а если беременность первая — вдвое чаще случаются преждевременные роды, в полтора раза возрастает смертность новорожденных. Аборт может вызвать или ускорить развитие опухолей молочных желез, половых органов.



Остается самое верное, разумное: предупредить нежелательную беременность, «спланировать» число детей в семье и время их появления на свет с учетом всех конкретных условий. И это можно осуществить, разумно применяя средства, препятствующие возникновению беременности, — они называются контрацептивами.

Сегодня медицина располагает выбором этих надежных и безвредных средств. Вот только знают о них наши женщины недостаточно.

К примеру, о самых надежных и безопасных —

гормональных препаратах. Это бисекурин, нон-овлон, регвидон, овидон, постинор и другие; какое именно средство наиболее эф-

фективно, как она вводится, какие при этом следует соблюдать правила. Надо только подчеркнуть, что спираль вводится на 3—4 года — при более длительном использовании снижается эффективность ее действия.

Однако пользоваться ВМС нельзя при различных воспалительных заболеваниях женских органов, тут нужно лечение; на это время врач рекомендует вам другие средства.

Если вы живете далеко от женской консультации, районной больницы — обратитесь к акушерке фельдшерско-акушерского пункта, они сейчас действуют в сельской местности активно. В отдаленные сельские районы страны регулярно выезжают врачебные бригады, они проводят медицинский осмотр населения на местах. В составе бригад обязательно есть акушер-гинеколог, но порой женщины его-то и обходят, уклоняются от осмотра. Пора понять: избежав аборта, вы не только сохраните свое здоровье, но и здоровье будущих ваших детей!

**Н. КОМЫСОВА,**  
кандидат  
медицинских наук.

эффективно для вас — определит врач, он же научит, как применять его, выпишет рецепт, без которого препарат не продадут в аптеке. Одно общее правило: все гормональные препараты надо принимать очень четко, по одной таблетке ежедневно перед сном, лучше в одно и то же время, причем промежуток от одного приема до другого не должен превышать 24 часа, это очень важная гарантия надежности действия.

Эффективен и другой метод — внутриматочная спираль, ВМС, как ее сокращенно называют медики. Врач подробно расска-

## ВДЫХАЯ РОЗЫ АРОМАТ...

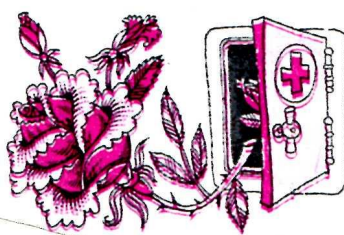
Какой цветок может сравниться с розой по изысканной красоте, тонкому аромату! А знаете ли вы, что любимая всеми нами роза еще и врачеватель?

Лепестки розы обладают вяжущим и тонизирующим свойством, они употребляются в народной медицине как закрепляющее и кровоостанавливающее

средство. В наибольшей мере этими качествами наделены едва раскрывающиеся бутоны. Собирать их нужно в прохладное, сухое утро, сушить в тени, хранить в хорошо закрытой посуде.

**ОТВАР** из лепестков розы — эффективное средство для полоскания горла при ангинах и катарах верхних дыхательных путей.

**КОМПРЕСС** помогает снять головную боль, приступ мигрени.



**ЛОСЬОН** из розовых лепестков (20 г на литр воды, прокипятить, остудить, процедить) употребляют для сужения пор на лице.

Целебен **УКСУС** из роз: 100 г лепестков настаивают в литре уксуса в течение 8 дней, настою (чай-

ная ложка на стакан воды) полощут горло при ангинах, катарах и т. д.

Хотите попробовать **МЕД** из роз? Залейте 80 г лепестков половиной стакана кипятка, поместите на слабом огне 15 минут, дайте сутки настояться. Затем добавьте 100 г меда, хорошо размешайте и кипятите, помешивая, на слабом огне, пока масса не станет однородной. Розовый мед обладает целебными качествами, имеет приятный вкус и неповторимый аромат.

**Л. ЗАРЕМБИНА**





## ХОТИТЕ ПОДРАСТИ?

В прошлом номере «Крестьянки» речь шла об оздоровительной системе, разработанной врачом-ортопедом Анатолием Степановичем Палько для тех, кто хочет стать выше ро-

стом и готов потрудиться для этого. Продолжая разговор, переходим к самому важному звену в «школе роста» — гимнастике.

— Со временем мы перейдем к сложным упражнениям, способствующим развитию гибкости, для этого потребуются специальные тренажеры, да и время, так что еще раз советую: запаситесь терпением. — говорит доктор Палько. — Но прежде, чем приступить к основным занятиям, необходимо подготовить к ним свои мышцы, связки, суставы. Этой цели служит целая система комплексов, осваивать их надо поочередно и выполнять ежедневно — это очень важно. Отрабатывая упражнения, учитесь

добиваться полного расслабления неработающих мышц и максимального напряжения работающих.

### Итак, КОМПЛЕКС 1.

1. Исходное положение (И. П.) — стоя, ноги на ширине стопы, руки вверху сцеплены в замок. Встать на носки и сильно потянуться вверх всем телом, затем руки опустить, сцепить замок за спиной, встать на пятки, приподнять носки. Повторить упражнение 10—12 раз.

2. И. П. то же, руки в стороны, вращаем ими вперед поочередно в лучезапястных, локтевых и плечевых суставах. Повторить 10—12 раз, руки опустить, расслабить. Повторить упражнение в обратном направлении.

3. И. П. — стоя, ноги на ширине плеч. Наклоны головы направо и налево, старайтесь коснуться ухом плеча, не приподнимая плечо. Повторите

10—12 раз в каждую сторону.

4. И. П. — стоя, ноги расставлены шире плеч. Наклоняемся вперед, касаясь пальцами пола, повторяем 20 раз.

5. Ноги на ширине плеч. Прогибаемся назад, стараясь достать пальцами до пяток (20 раз).

6. Правую ногу согнуть в колене и прижать стопу к колену левой ноги. В таком положении наклоняемся вперед, стараясь коснуться руками пола (по 10 раз на каждой ноге).

7. Руки отвести назад и взяться за перекладину шведской стенки или за спинку стула примерно на уровне лопаток. 20 раз присесть, не отпуская опоры.

8. Ноги поставить вместе, 20 раз наклониться вперед, стараясь коснуться лбом коленей.

В следующем номере мы продолжим рассказ о первом комплексе упражнений в «школе роста».

## ШКОЛА ДЛЯ МАМЫ

### ...ПОРА УЛЫБАТЬСЯ!

«Ленивой, что ли, растет моя дочка? Ей уже десять месяцев, а она все лежит, садиться не старается. И в игрушки не играет, вроде ничто ее не интересует. Бабушки говорят, перерастет...», — пишет в редакцию Марина Идрисова из Башкирии.

Трудно объяснить подобную беспечность со стороны матери! Она замечает вялость, малоподвижность ребенка, и ей не приходит в голову сказать об этом врачу, прийти к нему за советом: ведь это явные признаки нездоровья, может быть, поражения нервной системы, и лечить его надо с первых дней жизни ребенка, чем раньше захватить — тем больше надежды на успех.

Видимо, не все мамы знают, что здоровье грудного ребенка определяется не только весом, ростом, аппетитом, но и своевременным развитием движений и психики. Запомните, пожалуйста, основные «свидетельства благополучия».

✳ В 1—2 МЕСЯЦА ребенок улыбается в ответ на ласковое обращение, следит глазами за движущейся перед ним игрушкой, пытается удерживать головку.

✳ В 3—4 МЕСЯЦА уже хорошо удерживает головку, лежа на животе и в вертикальном положении. Реагирует на ласку: радостно улыбается, быстро двигает ручками и ножками. Хватает висящие над ним игрушки, поворачивает голову на звук.

✳ В 5—6 МЕСЯЦЕВ подолгу «гулит», узнает близких, удерживает в ручке



погремушку, переворачивается со спины на живот и обратно.

✳ В 7—8 МЕСЯЦЕВ подолгу лепечет, играет в «ладушки», хорошо ползает, самостоятельно садится в кровати и ложится обратно, переступает вдоль перил кровати или манежа.

✳ В 9—10 МЕСЯЦЕВ выполняет просьбы: «Дай ручку!», «Помаша ручкой!», повторяет за взрослыми отдельные слоги.

знает имена близких.

✳ В 11—12 МЕСЯЦЕВ произносит первые несложные слова: «мама», «баба», «папа», самостоятельно стоит, начинает ходить.

Конечно, это средние показатели, ваш ребенок может немного отставать или опережать их, но слишком долгое отставание должно вас насторожить!

**Е. БАЙБАРИНА,**  
кандидат  
медицинских наук.





## А ЧЕМ СОЛИТЬ?

«В магазинах у нас продается только какая-то «йодированная» соль, обычной поваренной не бывает. А чем солить огурцы, помидоры, грибы на зиму?» — пишет в редакцию А. М. Шкуренко из Закарпатской области. Подобные вопросы нередки в нашей почте, и приходят они в основном из тех местностей, где низко со-

держание в почве йода — необходимого элемента в нашем питании. Нехватка йода может привести к нарушению деятельности щитовидной железы и вызвать ее заболевания, особенно чувствительны к недостатку этого элемента дети школьного возраста.



# домоводство

Поэтому в таких районах в профилактических целях в обыкновенную поваренную соль добавляют небольшое количество йодистого калия (совсем немного, всего 25 миллиграммов на килограмм соли). Йодированная соль обладает теми же свойствами, что и обычная, к тому же полезна для здоровья. Правда, долго хранить ее нельзя: йод быстро улетучивается. Полгода — максимальный срок, после этого соль

превращается в обычную поваренную.

Можно ли пользоваться йодированной солью для домашних заготовок? Да, можно. Йодистый привкус будет слегка ощущаться, но он несколько не влияет на качество и сохранность домашних солений и маринадов.

Хотите и от этого привкуса избавиться? Тогда покупайте соль для заготовок заранее, еще зимой: пролежит 6 месяцев, и йод выветрится.

А. ДОРОШЕНКО

## ВЗВЕШИВАЕМ БЕЗ ВЕСОВ

В рецептах для домашних заготовок постоянно встречаются сахар, соль, уксус, растительное масло... Причем требуется порой по несколько граммов их. А если в доме нет весов? И вообще, какие нужны весы, чтобы отмерить

требуемые 10—20 граммов? Попробуем заменить их привычными мерами, и дело пойдет веселее.

Придерживаясь этой таблицы, вы легко «справитесь» и со старинными рецептами, если у вас сохранились поваренные книги ваших бабушек: там, как правило, приводятся именно такие простые меры веса.

### ВЕС В ГРАММАХ

ПРОДУКТЫ	ВЕС В ГРАММАХ			
	чайная ложка	столовая ложка	граненый стакан	тонкий стакан
Сахар	10	25	180	200
Соль	10	30	250	325
Уксус	5	15	200	250
Вода	5	15	200	250
Масло растительное	3	8	—	—
Лимонная кислота	3	12	—	—
Перец	25 горошин — 1 грамм			
Лавровый лист	10 штук — 1 грамм			
Гвоздика	18 головок — 1 грамм			

## ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

\* Если вы варите варенье из сладких ягод или фруктов, добавьте немного лимонной кислоты: на килограмм сахара — четверть чайной ложки, растворенной в чайной же ложке воды. Тогда варенье не засахарится, сколько бы ни стояло.

\* Чтобы нежные плоды (сливы, абрикосы) не разварились, не потеряли форму, прежде чем опустить их в сироп, подержите 5 минут в содовом растворе (на килограмм плодов — полтора литра воды, чайная ложка питьевой соды).

\* Малину перед варкой не моют. Клубнику сначала моют, если в этом есть

необходимость, и только затем очищают от чашечек.

\* Ни в коем случае не разливайте в банки готовое варенье, если оно еще не совсем остыло: ягоды или фрукты поднимутся вверх, сироп останется внизу. Да и портится такое варенье быстрее.

\* Варенье готово? Перелейте его из таза, в котором варило, в чистую сухую кастрюлю, накройте влажным полотенцем и оставьте до утра. Только потом разливайте в подготовленные банки.

\* Некоторые свежие ягоды и плоды (малина, земляника) «не любят» длительной варки: сок из них быстро переходит в сироп, сами плоды становятся жесткими, сморщиваются. Поэтому лучше варить варенье в несколько прие-



мов: довести до кипения, так держать на огне несколько минут, снять, дать выстояться 5—8 часов или оставить на ночь, затем снова вскипятить и оставить — и так 3—4 раза.

\* Лучше не употреблять для варки варенья алюминиевую посуду — ухудшится цвет, да и вкус. Не годится и эмалированная — варенье эмалью пригорит. Самые удобные — медные или латунные

тазы. Однако перед употреблением проверьте, не появился ли внутри зеленый налет, в этом случае, увы, посуду придется обновить.

\* Для приготовления маринадной заливки используют сахар, соль, уксус. Когда готовите маринад, растворите сначала сахар и соль (в количествах, требуемых по рецепту) в воде, нагревая и часто помешивая. Совсем разойдутся — прокипятите раствор 5—10 минут, процедите через два слоя марли или плотный холст. Только затем добавляйте нужное количество уксуса. Маринад получится стойкий, ароматный.

\* Свежие листья помидоров — отличное средство против муравьев. Разложите их в местах, облюбованных этими насекомыми, и муравьи уйдут.



## ГОД ЯБЛОЧНЫЙ...

Советы Марии Ивановны

Год в наших местах нынче яблочный. А сахару нехватка! Зашла тут ко мне соседка, что, говорит, делать? Пропадают яблоки-то? Да нет, отвечаю, у хорошей хозяйки не пропадут! Разве плохи, к примеру, **МОЧЕННЫЕ ЯБЛОЧКИ**, которыми, бывало, у моей бабушки вся детвора объедалась? Делала она их так.

Отбирала крепкие, здоровые плоды с поздних осенних и зимних яблонь, шли и китайские, и райские яблочки. Перемывала чисто-начисто. Ошпаривала кипятком чистый и сухой дубовый бочонок, на низ клала слой соломы, помнится, предпочитала ржаную. На нее — листья черной смородины, вишни, тоже тщательно вымытые и ошпаренные кипятком. Яблоки укладывали в бочонок рядами, ряды перестилали также ржаной соломой или листьями, чтобы не мялись. Ну, и для аромата, конечно. Сверху — холстинка, доньшко и гнет, как при засолке капусты. Потом в бочонок заливали рассол таким образом, чтобы весь верхний слой был им покрыт.

Самая хитрость была как раз в рассоле. Бабушка добавляла в него самодельный солод: разбалтывала муку, лучше тоже ржаную, в холодной воде, а потом заваривала кипятком. Для заливки на каждые 10 литров воды клала 100—150 г соли, 200—300 г сахара (или 400—500 г меда) и 100 г солода (2 столовые ложки муки, чуть-чуть холодной воды и до стакана кипятка).

Первую неделю, дней десять, держали бочонок

в теплых сених. Потом выкатывали в погреб, там он и стоял. Если яблок было много, мочили в нескольких бочках, хватало и до весны. Только хранить нужно их на холоде и поначалу следить за поверхностью бочонка: чуть появилась плесень — сразу ее снимать.

Не откажутся ваши домашние и от **МАРИНОВАННЫХ ЯБЛОК** — хороши они и сами по себе, и как деликатесный «гарнир» к мясу, птице, и в салаты зимой можно доба-



вить. Чтобы замариновать десять литровых банок, потребуется 6 кг крупных здоровых яблок, 2,5 литра воды, килограмм сахара, уксуса 6-процентного 500 граммов, а также какие есть пряности (гвоздика, корица).

Яблоки моют, нарезают дольками, удаляют сердцевину с семечками, у маленьких (китайка, райские) вырезают сердцевину и маринуют целиком. По мере подготовки плодов уже нарезанные дольки надо класть в холодную соленую воду (на литр воды — 10 г соли), чтобы не потемнели, но не более чем на полчаса.

Когда все плоды подготовлены, их бланшируют: опускают в кипящую воду на 2—3 (если они порезаны на дольки) или на 5 (если маринуем целые плоды)

минут. Яблоки вынимаем, сразу же охлаждаем, затем раскладываем в литровые банки, на дно которых уложены пряности. А на воде, в которой они бланшировались, готовим маринадную заливку с уксусом и сахаром. Заливаем банки горячим маринадом, накрываем крышками (лучше взять лакированные) и стерилизуем полчаса, затем закатываем.

Если вы предпочитаете делать заготовки в банках емкостью 3 литра, возьмите всех продуктов втрое больше, стерилизуйте банки 45 минут.

Таким же образом можно **ЗАМАРИНОВАТЬ ВИНОГРАД** — отдельными ягодами или мелкими гроздьями, на 10 литровых банок потребуется 500 грам-

мов уксуса, около 3 литров воды и 500—600 г сахара, стерилизовать придется минут 20.

В своих письмах, дорогие читательницы, вы часто спрашиваете, как **МАРИНОВАТЬ ЧЕСНОК**. Напомню вам этот рецепт.

Чеснок нужно предварительно замочить на 2 часа в теплой воде, затем очищенные головки тщательно вымыть в холодной воде и залить маринадом. Готовят его так: столовая ложка соли, полторы столовые ложки сахара, полтора стакана уксуса на 2 стакана воды. На одну литровую банку подготовленного чеснока пойдет приблизительно 400 г маринадной заливки.

Еще один вопрос, который часто встречается в моей почте: можно ли заготовить на зиму **ЗЕЛЕ-**

**НЫЙ ГОРОШЕК?** Можно, и делают это так. Молодой горошек, очищенный от стручков, всыпают в полотняный мешочек и таким образом кипятят в соленой воде 3—4 минуты. Затем мешочек погружают в холодную воду и быстро остужают. Горошек раскладывают в подготовленные банки, заливают подсоленной водой (на 5 кг гороха — 4 л воды и столовая ложка соли), накрывают крышками, стерилизуют в течение часа, затем крышки укупуривают. Хранят в холодном месте.

«Я посадила патиссоны на своем участке, и они, похоже, дадут приличный урожай, а вот как их использовать — толком не знаю», — пишет Анна Ивановна Черногорова из Брянской области. Так же, как и цветную капусту! Можно и на зиму заготовить **МАРИНОВАННЫЕ ПАТИССОНЫ**, они очень вкусны. Годятся только здоровые, некрупные плоды с нежной кожицей, подобранные по размеру. Их моют мягкой щеткой, отрезают плодоножку с частью мякоти (не больше одного сантиметра), погружают на 5 минут в кипящую воду и быстро охлаждают в холодной проточной воде. Укладывают в банки: мелкие — целиком, крупные — разрезав на равные доли. На дно банки и поверх плодов кладут мелко нарезанную зелень петрушки, мяты, сельдерея, хрена, а дольки патиссонов пересыпают укропом, чесноком, стручковым красным перцем. На литровую банку маринада пойдет 500—600 г патиссонов, 10—15 г укропа, один стручок красного перца, мелко порезанный, 4—5 зубчиков чеснока. Для маринадной заливки на 10 литровых банок патиссонов потребуется 3,5 л воды, 300 г соли, 0,5—0,6 л уксуса (6-процентного). Стерилизуют литровые банки с патиссонами 10—15 минут. Приятного аппетита!

Ваша Мария Ивановна.

«Хозяюшку» оформил художник С. БОГАЧЕВ.