

## РЕЦЕПТ НАШЕГО ДОМА

### ЗАКВАСИЛИ В ПОЛЧАСА

Готовить квашеную капусту по нашему рецепту — одно удовольствие. Управляемся с нею в полчаса. Не нужно долго возиться: шинковать, перетирать руками... Удобно заквашивать капусту в эмалированном ведре, поэтому количество продуктов приведу в расчете на эту емкость.

Потребуется 8 кг капусты, 100 г чеснока, 100 г хрена, 50—100 г зелени петрушки, 300 г красной свеклы. Кто любит острое, может добавить 3—4 стручка красного горького перца.

Рассол: на 4 л воды — 200 г крупной соли, 200 г сахара.

Вымойте, вычистите овощи. У капусты удалите кочерыжки, разрежьте кочаны на куски приблизительно по 200—300 г. Мелко нарежьте очищенный чеснок и петрушку, натрите на терке хрен, свеклу порежьте крупными кубиками. Плотнo сложите продукты в эмалированное ведро. Рассол вскипятите, дайте немного остыть и теплым залейте капусту. Сверху накройте крышкой, положите груз. Оставьте ведро на 48 часов при температуре 18 градусов, а затем перенесите в более прохладное место. Спустя пять дней готова квашеная капуста необычного малинового цвета. К столу подавайте либо целыми кусками, либо нарежьте, полив растительным маслом.

И. Зубенко

г. Артемовск  
Донецкой обл.

## А Я ДЕЛАЮ ТАК

### КАПРИЗНЫЙ БИСКВИТ

Часто хозяйки жалуются: не выходит бисквитное тесто, «садится». Много лет назад получила я добрый совет, как избежать такой неприятности. Яйца для бисквита я не разделяю на желтки и белки, а взбиваю вместе не менее получаса. Тогда бисквит не оседает.

А посуду для взбивания обязательно предварительно обезжириваю: прокипячу в ней воду.

М. Гельвит

г. Подольск.

## ГЛОБУС

Лук лучше есть в сыром виде: добавлять в салаты из свежих и вареных овощей, в мясные и рыбные блюда, в картофель.

Лук можно использовать не только как приправу, но и для приготовления самостоятельных блюд.

Рецепты предлагает польский журнал «Пшиячулка».

### Салат из сырого лука

Одна луковица средних размеров, большое яблоко или соленый огурец, лимонный сок по вкусу, 3 столовые ложки подсолнечного масла (или 5 ложек сметаны),  $\frac{1}{2}$  чайной ложки горчицы.

Очищенную луковицу разрезать на четыре дольки, потом поперек тонкими ломтиками. Так же разрезать огурец. Яблоко натереть на крупной терке. Лук с яблоком или огурцом сбрызнуть лимонным соком, посолить, размешать с ложкой сахара. Подсолнечное масло или сметану размешать с горчицей и этим соусом заправить салат.

### Лук с сыром

Одна луковица, чайная ложка масла или маргарина, по столовой ложке панировочных сухарей и тертого сыра, соль, сахар — по вкусу.

### ЛЮБИТЕЛЯМ ЛУКА



Очищенную луковицу разрезать на 4 или 8 долек, не отрезая твердой «пятки». вскипятить воду, посолить, всыпать ложку сахара. Положить лук в кипящую воду, отварить 1—2 минуты. Откинуть лук на дуршлаг, выложить на тарелку, полить растопленным маслом или маргарином, посыпать поджаренными сухарями и тертым сыром.

### Лук в тесте

Одна средней величины луковица, стакан муки, 2 столовые ложки подсолнечного масла, яйцо,  $\frac{1}{2}$  стакана воды или молока, соль.

Очищенную луковицу нарезать кружочками, уложить их на сито и на несколько минут опустить в кипяток, вынуть, дать стечь воде, посолить и поперчить. В муку влить желток и подсолнечное масло, добавить соль, размешать и добавить столько воды или молока, чтобы получилось тесто чуть гуще, чем для блинов. Потом добавить взбитый белок и размешать. Кружки лука обмакнуть в тесто и обжарить на разогретой сковороде, на маленьком огне, переворачивая, чтобы тесто не румянилось слишком быстро. Можно подать с острым томатным соусом.

### Лук, тушенный со сливами

Одна луковица, столовая ложка маргарина или свиного сала, несколько ягод чернослива, соль, петрушка.

Чернослив вымыть и замочить в стакане кипяченой воды. Когда ягоды набухнут, вынуть косточки, а мякоть нарезать полосками. Очищенную луковицу разрезать на 4 дольки, потом поперек тонкими ломтиками. Быстро поджарить на жире, добавить нарезанный чернослив, влить воду, в которой он замачивался. Тушить под крышкой на маленьком огне 10 минут. Посолить, посыпать зеленью.

## ПРАКТИЧНАЯ ХОЗЯЙКА

### СЫВОРОТКУ — В ДЕЛО

«Люблю сама готовить творог, но остается много сыворотки. Слышала, что это ценный продукт, а вот как его использовать, не знаю».

Н. Дмитриенко

г. Куйбышев.



Действительно, откинули свежий, нежный — сам в рот просится — творог, а сыворотку куда же? А ведь сыворотка — редкий диетический продукт, в ней содержатся белки, минеральные соли, молочная кислота и молочный сахар, витамины. Витамина В<sub>2</sub>, присутствию которого сыворотка обязана своим желто-зеленоватым цветом, в ней почти столько, сколько в самом молоке. Зато жира очень мало — всего десятая доля процента. Охлажденная сыворотка хорошо утоляет жажду. Кроме того, ее используют вместо воды или молока для приготовления многих блюд. На сыворотке можно замесить тесто для блинов и оладий, пельменей и вареников, пирогов и печений. Воспользуйтесь и этими рецептами:

### Кисель из сыворотки

На 1 л сыворотки: 100 г сахара, 40 г крахмала, 0,25 стакана холодной воды. Кисель готовить из свежепроцеженной сыворотки в эмалированной посуде. Сыворот-

ку нагрейте, растворите в ней сахарный песок и, не доводя до кипения, помешивая, влейте тонкой струйкой разведенный в хо-

### Желе из сыворотки

На 1 л сыворотки: 100 г сахара, 30 г желатина, 100 г любого фруктового сока либо протертых ягод или фруктов.

Сыворотку процедите через 3—4 слоя марли, охладите. В небольшом количестве сыворотки замочите на 30 минут желатин. Остальную сыворотку нагрейте, растворите в ней сахар. Помешивая, влейте набухший желатин и нагревайте, не доводя до кипения, иначе образуются хлопья. Выдержите сыворотку приблизительно 20—30 минут при температуре 60 градусов (можно поставить кастрюлю на водяную баню). Затем добавьте в нее фруктовое пюре или сок, горячее желе разлейте в формочки, небольшие пиалы или в другую подходящую посуду, охладите.

# ОВОЩНАЯ



АЗЫ КУЛИНАРИИ

О том, как готовить овощи, мы с вами говорили на занятиях Домашней академии в №№ 6, 8 за 1985 год. Разобрали особенности тепловой обработки, узнали, как подавать их на гарнир и как в виде самостоятельного блюда, как делать сметанный соус к овощам. И рекомендовали вам 20 рецептов.

Сегодня научимся готовить еще несколько простых, но весьма полезных блюд из овощей.

## Морковные (или свекольные) котлеты

На 0,5 кг моркови или свеклы потребуется 0,5 стакана молока, 3 столовые ложки манной крупы, 1 яйцо, 1 чайная ложка сахарного песка, 2 столовые ложки молотых сухарей, растительное масло или маргарин для жарки.

Морковь нашинкуйте тонкой соломкой и припустите в молоке, добавив немного маргарина. Когда морковь будет почти готова, всыпьте, непрерывно помешивая, тонкой струйкой манную крупу, положите сахар и варите, помешивая, на слабом огне до готовности. В остывшую массу добавьте яйцо, тщательно перемешайте, разделите на шарики и уложите на хорошо посыпанную молотыми сухарями разделочную доску. Не снимая с доски, при помощи ножа сформируйте из шариков котлеты.

## НАПИТКИ

Напитки из овощей готовят прямо перед тем, как подавать их на стол. Хранить их нельзя.



### Томатный с мятой

Сок томатный — 300 г, лимон (для сока) — 0,5 шт., лук репчач-

Потребуется 7—10 баклажанов, 5—7 средних помидоров, 2/3 стакана лушеного зеленого гороха (если гороха нет, увеличьте количество баклажанов), 4—5 луковиц, зелень петрушки, 3 столовые ложки растительного масла, 50 г сливочного масла или маргарина, стакан мясного бульона или горячей воды, 3—5 долек чеснока, соль, перец по вкусу.

**Приготовление.** Вымытые баклажаны наколите вилкой в двух-трех местах, испеките в духовке, очистите от кожицы и нарежьте. (Другой вариант: нарежьте сырые

Жарьте только перед тем, как будете подавать их к столу.

Свекольные котлеты готовятся так же, с той разницей, что свеклу сначала отваривают в кожуре, очищают и натирают на мелкой терке (или измельчают с помощью миксера).

## Капустные крокеты

На 1 кочан капусты (1—1,2 кг) — 2 столовые ложки муки, 0,5 стакана молока, 1—2 яйца, 3—4 чайные ложки манной крупы, молотые сухари или мука для панировки, 40—50 г сливочного масла или маргарина, фритюр для жарения.

Очистите кочан от верхних листьев, нашинкуйте, припустите в молоке (молоко предварительно вскипятите, посолите и добавьте в него немного сливочного масла, чтобы не свернулось). Припуская, перемешивайте время от времени. Когда капуста станет мягкой, влейте в нее густой молочный соус и доведите до кипения. Охладите массу до 40 градусов, добавьте сырые яйца, всыпьте манную крупу, перемешайте. Разделите массу на небольшие шарики (крокеты), обваляйте их сначала в муке, затем в сыром яйце, потом в молотых сухарях и обжарьте во фритюре.

подавая, полейте крокеты сметаной или оставшимся молочным соусом.

**Густой молочный соус (бешамель).** Понадобится около 2 стаканов молока, 30—40 г сливочного масла или маргарина, 2 столовые ложки муки, щепотка сахара, 1 желток, соль по вкусу.

Спассеруйте муку на сливоч-

тый тертый — 3 чайные ложки, перец молотый — черный, соль и сахар — по вкусу, мята свежая — 4 стебелька.

Томатный сок смешайте по вкусу с другими компонентами, настаивайте 2 часа, затем листочки мяты удалите и поставьте ненадолго напиток на холод.

## Огуречный

Свежие огурцы и молодые листья салата тщательно вымойте. Огурцы натрите на терке, отожмите сок через марлю. Листья салата обдайте кипятком, пропустите через мясорубку и отожмите сок. Соки слейте вместе, пере-

## ПОДАЙТЕ К ОБЕДУ

очищенные баклажаны и обжарьте на растительном масле.) Нарежьте кружками помидоры, посолите, поперчите и слегка обжарьте с обеих сторон. Отдельно поджарьте лук. Горох обдайте соленным кипятком.

Подготовленные овощи слоями сложите в порционные горшочки, пересыпая мелко нарубленной

ном масле, разведите ее горячим молоком, добавьте сахар и варите, помешивая, на очень маленьком огне 10—14 минут. Затем дайте соусу остыть и, помешивая, соедините его с сырым желтком. Готовьте соус непосредственно перед использованием, хранить его не стоит.

## Капустные шницели

**I способ.** Кочан капусты средней величины с целыми неповрежденными листьями зачистите, вымойте, острым ножом вырежьте кочерыжку так, чтобы кочан не распался. Отварите подготовленный кочан целиком до полуготовности в подсоленной воде. Затем, дав капусте чуть остыть, разберите ее на листья. Утолщенные места слегка отбейте или аккуратно срежьте ножом. Капустный лист смажьте густым молочным соусом так, чтобы слой соуса был равномерно тонким и немного не доходил до краев. Накройте его другим листом, слегка прижмите их друг к другу и запанируйте шницель в муке, одновременно придавая ему ножом овальную форму. Затем смочите в яйце, запанируйте в сухарях.

Подготовленные таким образом шницели можно заготовить заранее (за несколько часов) и хранить в холодильнике. Перед подачей на стол обжарьте их с двух сторон и полейте растопленным маслом, сметаной, молочным или сметанным соусом.

**II способ.** Можно приготовить шницель и из рубленой капусты. Нарезанную тонкой соломкой капусту посолите, слегка потрите

мешайте. Добавьте по вкусу соль. Свежие огурцы — 200 г, зеленый салат — 200 г.

## Из свежей капусты

Кочан капусты очистите, мелко нарежьте, пропустите через мясорубку, отожмите сок через марлю в эмалированную, керамическую или стеклянную посуду и оставьте на 12—14 часов для осветления. Осветленный сок осторожно, чтобы не взболтать осадок, процедите через двойной слой марли и сразу пейте.

На 1 порцию — 350—500 г свежей капусты.

зеленью петрушки, толченым чесноком, перцем и солью. В каждый горшочек влейте 2—3 столовые ложки бульона, добавьте кусочки сливочного масла или маргарина. Горшочек закройте пресным, как для пельменей, тестом и поставьте в разогретую до 180—200 градусов духовку на 25—30 минут.

Если у вас нет порционных горшочков, приготовьте это блюдо в толстостенной гусятнице, закрывая ее уже не тестом, а крышкой. Подавая тушеные овощи, посыпьте их зеленью укропа.

## Курс ведет А. Т. Морозов.

руками, припустите до полуготовности в молоке с добавлением масла, после чего, непрерывно помешивая, всыпьте тонкой струйкой манную крупу и варите массу на слабом огне еще минут 10, следя за тем, чтобы она не пригорела.

Очищенные от кожицы и семян яблоки нарежьте соломкой, немного припустите с маслом и переложите в капусту, перемешайте. Массу разделите на довольно большие шарики (из расчета по одному на порцию), насыпьте молотые сухари на доску и при помощи ножа сформируйте из шариков шницели овальной формы, одновременно панируя их в сухарях. Жарятся и подаются на стол эти шницели так же, как и приготовленные из целых листьев.

На 1 средний кочан капусты следует взять 2 некислых яблока, 0,5 стакана манной крупы, 0,5 стакана молока.

## Тыква с курагой

На 1 кг тыквы — 250 г кураги, 0,25 стакана сахара, 2—3 столовые ложки молотых белых сухарей, 30—40 г сливочного масла или маргарина, 2 стакана густого молочного соуса, соль по вкусу.

Очищенную тыкву нарежьте кубиками, курагу замочите на 15—20 минут, хорошо промойте, нарежьте соломкой и припустите вместе с тыквой в небольшом количестве молока, добавив сливочное масло, сахар и соль. Порционную сковороду смажьте маслом, выложите на нее горкой полученную массу, залейте молочным соусом, посыпьте сухарями и запекут в духовке.

## Капустно-яблочный

В сок свежей капусты влейте столько же яблочного сока, добавьте по вкусу сахарный песок и перемешайте. Напиток подавайте охлажденным.

## «Здоровье»

В сок свежей капусты влейте яблочный и морковный соки, добавьте по вкусу сахарный песок и перемешайте.

Сок свежей капусты — 1/2 стакана, морковный сок — 4 столовые ложки, яблочный сок — 4 столовые ложки, сахарный песок по вкусу.

Ж. Орлова.

ВОЗЬМЕМ В РУКИ ПЯЛЬЦЫ.

Курс ведет  
Т. М. Большакова.

## УЗОР НА ПЛАТЬЕ



Красивая вышивка сделает платье нарядным.

Узор располагается на лифе платья, выполняется в технике «ришелье» нитками в цвет ткани или близкими ей по тону. Нитки — шелковые, мулине или простые катушечные высоких номеров, лучше № 80.

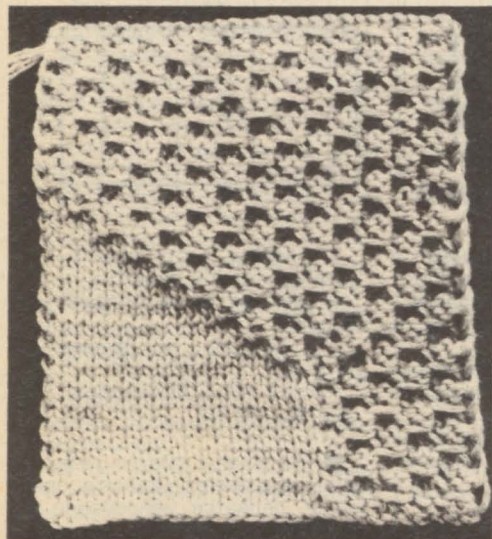
Центральная часть рисунка в виде прозрачной сетки. Если вышивка выполняется на машине (а это удобнее и быстрее), рисунок настрачивается на ткань, сначала прокладывается толстая нить или несколько нитей, а затем делается валик — двойной или одинарный — в зависимости от того, какой толщины сетку вы хотите сделать.

Рисунок асимметричен, что придает ему легкость и естественность.

## ОБРАЗЦЫ НА КОНКУРС

В № 3 нашего журнала за этот год мы предложили читателям домашнее задание: прислать узоры в вязки для опубликованной в «Домашнем калейдоскопе» модели. Мы получили множество писем с образцами и описаниями вязки. Как и обещали, публикуем наиболее интересные из них.

ТЕМ, КТО ВЯЖЕТ



**1. Шахматка с перекидом.**  
Этот узор читательница **Н. И. Брянчанинова** из Москвы предлагает сочетать с лицевым чулочным вязанием.

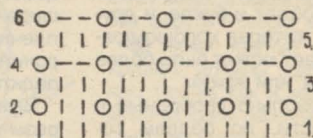
**Для образца:** набрать 22 петли, число петель должно делиться на 4 плюс 2 кромочные.

1-й ряд — 2 изнаночные, накид, провяжав 2 лицевые петли, протянуть их в накид и т. д.

2-й ряд и все четные ряды — вязать по рисунку: лицевые над лицевыми, изнаночные над изнаночными.

3-й ряд — накид, провяжав 2 лицевые петли, протянуть их в накид, 2 изнаночные и т. д.

5-й ряд — рисунок повторяйте с 1-го ряда.

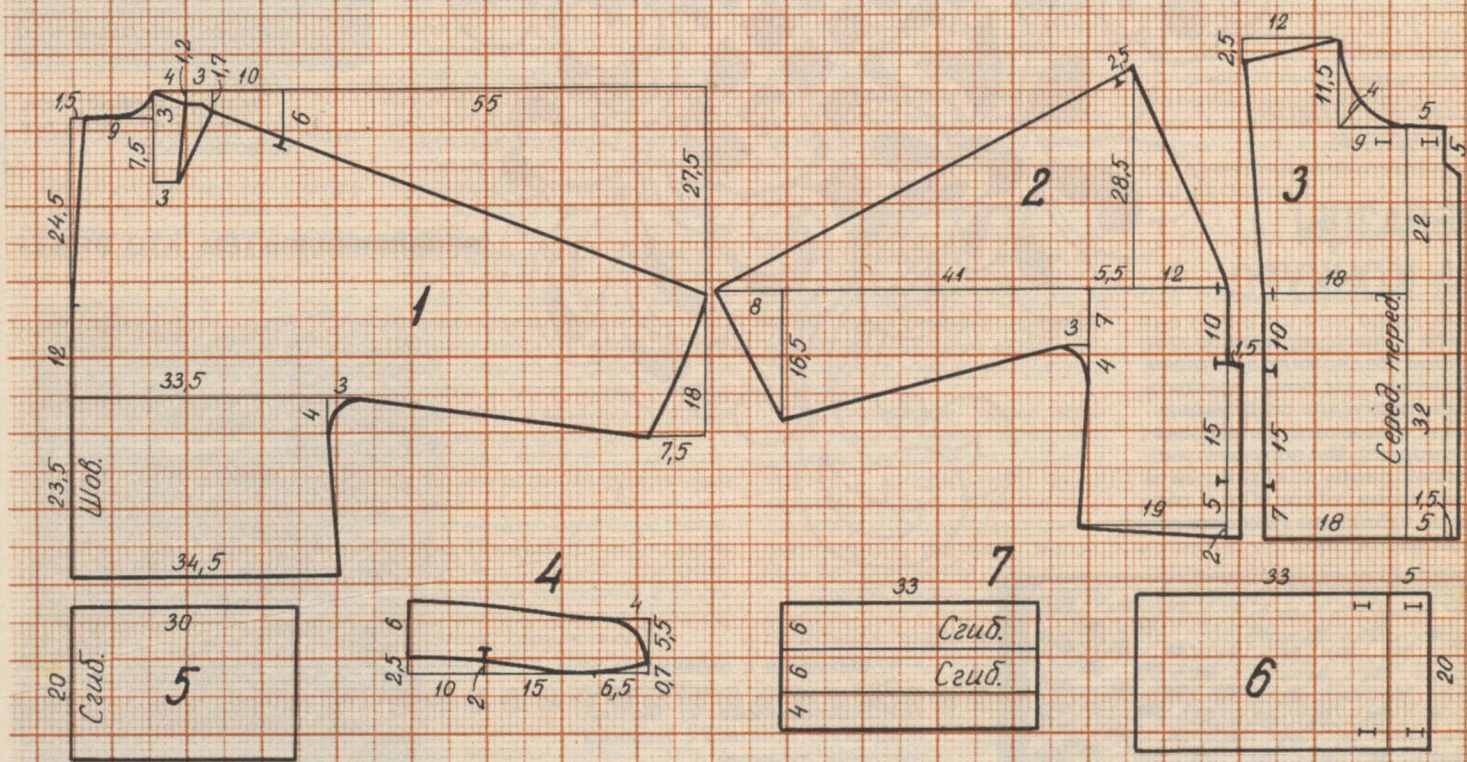
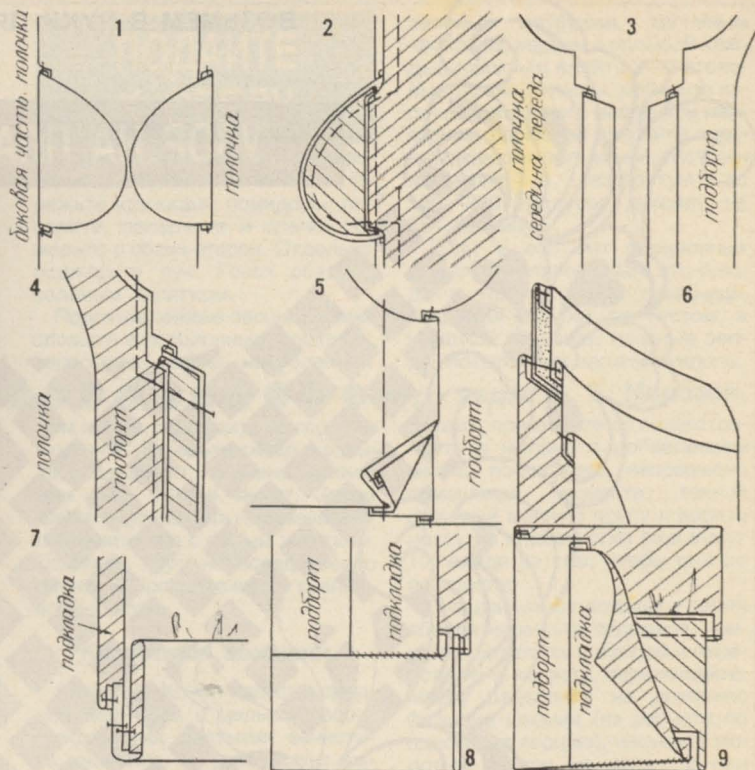


2. Узор, показанный на этом снимке, прислала читательница **Т. В. Кардаш** из Таллина. Как его выполнить, показано на схеме.

Курс ведет Н. А. Малькова.

МОДЕЛЬ  
НОМЕРА

Мелкий  
Жакет



Такой жакет лучше шить из мягкого твида. Но это необязательно: подойдет и букле, и другая шерсть, которая хорошо драпируется. Цвет может быть более насыщенным или ярким.

Жакет довольно свободный в верхней части, по бедрам собран отрезной деталью, которая фиксирует в этом месте небольшой напуск. Застежка двубортная, но в средней части — супатная. На полочках — вертикальные швы, в которых расположе-

ны внутренние карманы. Рукав цельнокроеный, линия плеч расширена, что подчеркивается подплечниками. Если ткань двусторонняя, жакет можно шить без подкладки.

Выкройка жакета дается для размера 164—108—116 в уменьшенном виде, в масштабе 1:10. Как всегда, без припусков на швы.

Те, кто сделал себе выкройку-основу, могут воспользоваться ею. О том, как построить цель-

нокроеный рукав по основе с втачным рукавом, рассказывается в этом же номере журнала.

На чертеже даны следующие детали:

1. Спинка цельнокроеная с локтевой половинкой рукава — 2 детали.

2. Боковая часть полочки цельнокроеная с передней половиной рукава — 2 детали.

3. Полочка — 2 детали.

4. Стойка —  $\frac{1}{2}$  детали, кроются целиком две детали.

5. Нижняя часть спинки —  $\frac{1}{2}$  детали, кроится целиком.

6. Нижняя часть полочки — 2 детали.

7. Отворот к рукаву — 2 детали.

Расход ткани при ширине 150 см — 2 м 50 см.

● Выкрой и сметав детали, примерьте жакет. Помните: примерка делается непременно с подплечниками. О том, как шить их, рассказывалось в приложе-

нии № 3 за 1984 год. Подплечники надо приметать к жакету.

● Прежде всего надо обработать карманы на полочках. Из подкладочной ткани выкроите мешковины. Если жакет делается без подкладки, то мешковины выкраивают из ткани жакета. Притачайте мешковины, как показано на рис. 1. После этого сметайте вертикальные швы полочек, одновременно сметывая и части мешковины, стачайте швы (рис. 2). От контрольной надсечки, обозначающей вход в карман, застрочите закрепку по шву. Заутюжьте шов и мешковину к середине переда.

● Теперь можно сметать и стачать плечевые швы и верхние швы рукавов, боковые швы и нижние швы рукавов. Плечевые швы заутюжьте в сторону спинки, боковые — в сторону полочек.

● Детали воротника—стойки стачайте, выверните и проложите наметку.

● Приступайте к обработке супатной застежки. Притачайте полоски подкладочной ткани шириной 6—8 см к срезу борта правой полочки и отдельно к подбortу (рис. 3). Сложите детали лицевыми сторонами и стачайте их в верхней части, как показано на рис. 4.

● К левой полочке притачайте подборт. Отогните полочку по линии перегиба, которая показана на чертеже пунктиром, и настрочите по ширине супата (рис. 5).

● Втачайте стойку между полочками и подбортами (рис. 6). Выверните, выметайте шов. На правом подборте выполните петли для супатной застежки.

● Присборите низ жакета таким образом, чтобы его ширина соответствовала нижней детали. Точно так же присборите низ рукава, чтобы его ширина соответствовала ширине отворота. Сложив лицевыми сторонами друг к другу, стачайте рукава с отворотами. Перегните отворот по линии сгиба и возле шва притачивания настрочите рукава на припуск отворота для подшивки низа (рис. 7). Таким образом рукав будет подшит, а ширина отворота надежно зафиксирована.

● Нижние детали полочек и спинки (на чертеже детали № 5 и № 6) стачайте по боковым швам, но можно выкроить эти детали так, чтобы не делать шва, если ширина ткани это позволяет.

● Нижние детали жакета можно сделать двойными, если ткань не слишком толстая (рис. 8). Толстую лучше поставить на подкладку, как и сам жакет. Ее притачивают к жакету, как показано на рис. 9.

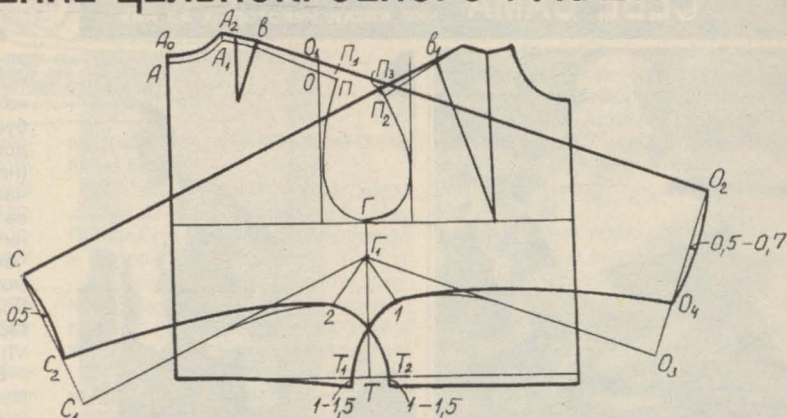
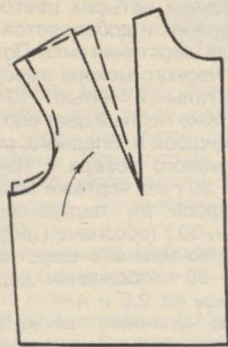
● Подкладку к жакету выкраивают, сшивают и, отутюжив, пришивают к жакету. Предварительно, разумеется, пришивают подплечники.

● На правой полочке в намеченных местах прометывают петли.

● Жакет отутюживают, пришивают пуговицы.

## СЕМЕЙНОЕ АТЕЛЬЕ

# ПОСТРОЕНИЕ ЦЕЛЬНОКРОЕНОГО РУКАВА



Правильная разработка моделей одежды с рукавами различных кроев, а к числу их относится и цельнокроеный, — весьма сложное дело, поэтому при построении выкройки необходимо тщательно проверять длину и форму соединяемых срезов, которые регулируются в основном за счет положения бокового шва. Читательницам, только начинающим пробовать свои силы в шитье и конструировании, советуем по временам с освоением этого материала.

В предлагаемом крое рукава ширина его и объем лифа тесно связаны с углом наклона верхнего среза рукава и с глубиной проймы. Чем объемнее вы хотите получить модель, тем меньше должен быть угол наклона верхнего шва рукава и тем больше глубина проймы (самое низкое положение — точка  $G_1$  на чертеже).

Возьмите выкройку-основу платья, вам понадобятся детали спинки и переда. Немного уменьшите раствор нагрудной вытачки, так как цельнокроеный рукав сам по себе обеспечит необходимую свободу лифа. Раствор вытачки обычно уменьшают на 1—2 см, а для размеров 44-го и 46-го можно отказаться от вытачки совсем. Как уменьшить вытачку, мы уже рассказывали в предыдущих номерах журнала и еще раз покажем на рисунке. Полочку поверните вокруг центра груди по стрелке на необходимую величину. Новое положение полочки обозначено пунктиром. После этого разместите детали основы на листе бумаги (для облегчения

построений лучше использовать миллиметровку) в сетке чертежа, как показано на рисунке. Определите положение бокового шва  $ГТ$ . Он должен располагаться посередине сетки, но полочка может быть по ширине немного больше спинки.

**Начинаем построение.** Поднимаем вершину среднего шва спинки на 1—1,5 см (чем больше размер изделия, тем больше эта величина) и соответственно вершину плечевого шва:

$$AA_0 = A, A_2 = 1-1,5 \text{ см.}$$

Точку пересечения плечевого шва с вертикальной линией сетки обозначьте буквой  $O$  и отложите от нее вверх 1,5 см, получив точку  $O_1$ . Закройте вытачку на спинке и проведите по линейке линию плечевого шва через точки  $A_2O$ , и отложите на этой линии длину плеча, получите точку  $P_1$ . Линию плечевого шва в  $P_1$  продолжите вправо и отложите от точки  $P_1$  длину рукава  $P_1O_2 = D$  рукава до запястья.

В точке  $O_2$  к этой линии восстановите перпендикуляр. При оформлении нижнего шва рукава в основном ориентируются на предполагаемую модель, и зависит это от положения точки  $G_1$ , то есть углубления проймы. Обычно  $GG_1 = 6-10$  см. Из полученной точки  $G_1$  параллельно верхнему шву рукава проведите прямую линию до пересечения с линией низа рукава. В образовавшемся угле  $ГГ_1O_3$  проведите биссектрису  $Г_1T_1 = 5-12$  см в зависимости от того, насколько просторным должен быть рукав.

Переходим к линии талии: вытачка по боковому шву должна быть не больше 1 см, значит,  $TT_1 = TT_2 = 1$  см.

Понижаем точку  $T_1$ , как показано на рисунке, и оформляем линию талии плавной линией.

На полочке многие построения (такие, как линия низа рукава, нижний шов рукава, талия) производятся аналогично спинке, подробно об этом рассказывать мы не будем.

Обозначьте плечевой шов буквами соответственно рисунку, и к линии  $P_2B$  в точке  $P_2$  восстановите перпендикуляр, отложите на нем вверх 1—2 см. Чем больше раствор нагрудной вытачки, тем больше эта величина. Получили точку  $P_3$ .

Верхний шов рукава оформите прямой линией через точки  $B$  и  $P_3$ , отложив от  $P_3$  величину длины рукава, получите точку  $C$ .

Так же, как при построении спинки, находим точки  $C_1, 2, T_2$ .

Определите ширину рукава по низу и окончательно оформите нижний шов рукава (на чертеже он дан жирной линией). Теперь необходимо проверить длину нижнего шва рукава спинки и полочки и уравновесить их, если это необходимо. — делается это путем перемещения бокового шва или изменения наклона верхнего шва рукава полочки (в допустимых пределах, но не более чем на 1 см).

Еще раз хочу подчеркнуть, что построение сложное и выполнить все расчеты правильно сразу трудно. Уточняйте некоторые величины в процессе примерки.

● Кроить удобнее на большом столе (если стол раздвигается, надо это сделать), ткань складывают вдвое, лицевой стороной внутрь; кстати, именно так бывает сложена купленная в магазине ткань. Если ткань имеет сложный рисунок, с которым придется считаться, или очень узкая, складывать пополам ее не нужно.

● Ворс, как, например, у вельвета, должен на всех деталях располагаться в одном направлении, иначе в готовом изделии одни детали будут казаться светлее других. В вельвете,



бархате, плюше ворс располагают снизу вверх; в байке, фланели, ворсовой шерсти — сверху вниз.

● Линии клеток, в особенности крупных, должны совпадать на стыках, так же как и полосы, — прежде всего на юбке; располагаться симметрично на рукавах, воротнике, кокетках; это же правило относится и к тканям, имеющим четкий геометрический рисунок.

● Цветочные и другие орнаменты, особенно если они четко выражены, располагать, соблюдая симметрию.

# ВЯЖУ СЕБЕ САМА

На странице моды этого номера журнала помещены модели, выполненные А. Митановой-Аптекаревой. Даем описание вязки некоторых из них.



## Свитер

Чертеж дается на 46—48-й размеры.

**Материал:** свитер выполняется из мохера четырех цветов, к мохеровой нити добавляется одна тонкая шерстяная нить. Потребуются: черного мохера вместе с дополнительной нитью—220 г (на чертеже черный цвет обозначается цифрой I); бледного, розовато-бежевого мохера с тонкой нитью—50 г (на чертеже обозначен цифрой II), лилово-серого мохера—30 г (обозначен цифрой III), лилово-зеленого шерстяного гаруса—50 г (обозначен цифрой VI). Спицы № 2,5 и 4.

**Вязка:** чулочная, так же связан и воротник-рулик; низ модели и манжеты—резинкой 1×1.

Прежде всего вяжут образец, чтобы определить плотность вязания, в соответствии с чертежом делают расчеты.

**Спинка.** Набирают необходимое количество петель и резин-

мой, только 1-ю и последнюю петли горловины надо отметить цветной нитью. После этого выполняется несколько рядов вспомогательной хлопчатобумажной нитью. Рисунок цветных полос показан на схеме передней части свитера. Цветные нити не обрываются, каждая идет от своего клубка. Только основная нить (черного цвета) протягивается по изнанке работы, следите, чтобы она не стягивала полотно.

Перед вяжется, как и спинка. Рисунок цветных полос выполняйте по схеме. Чтобы выполнить горловину, от точки А разделите работу и вяжите в два приема. Закончив вязание, выполните несколько рядов вспомогательной хлопчатобумажной нитью. Готовые детали наколите на чертеж. По линии бока, низа рукавов оттяните полотно на 0,5 см, чтобы выполнить шов. Намочите марлю, сложите ее в 2—3 слоя и положите на детали, пока полностью не высохнет.

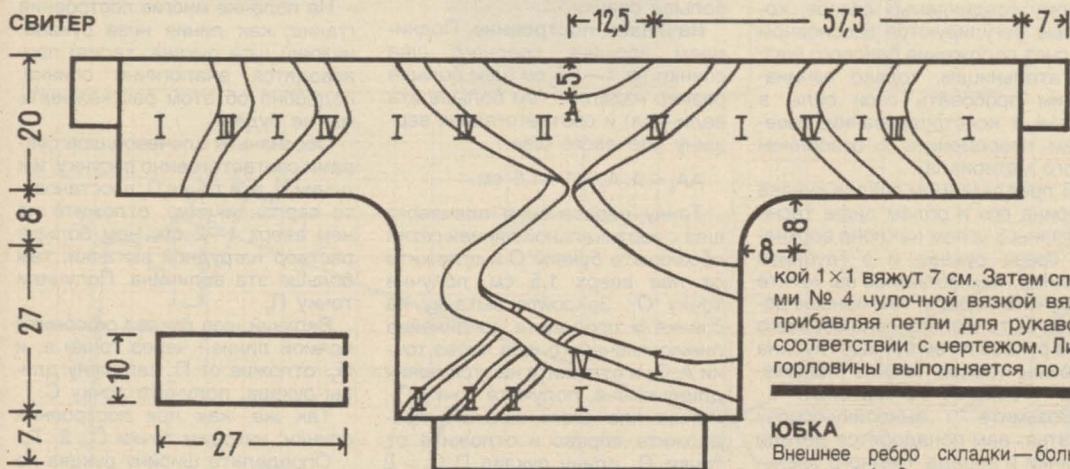
Сшейте рукава и плечевые швы горизонтальным трикотажным швом, удалив вспомогательные нити. Открывайте не более 4—5 петель одновременно.

Свяжите манжеты резинкой 1×1.

Удалив вспомогательную нить, наберите петли для горловины и свяжите воротник-рулик высотой в 10 см. Делается это так: повернув свитер к себе лицевой стороной, наберите и провяжите лицевыми петлями 1-й ряд, 2-й и все четные ряды вяжите изнаночными. Таким образом, воротник сам свободно закрутится и на лицевой стороне окажется изнанка чулочного вязания.

Узкие полоски в нижней части свитера вышейте нитками (цвет, обозначенный цифрой II) швом по петлям. Высота стежка—2 ряда, ширина—одна петля.

## СВИТЕР



кой 1×1 вяжут 7 см. Затем спицами № 4 чулочной вязкой вяжут, прибавляя петли для рукавов в соответствии с чертежом. Линия горловины выполняется по пря-

## ЮБКА

Внешнее ребро складки—большая плотность—1—2  
Внутреннее ребро складки—малая плотность—10

## ЖАКЕТ

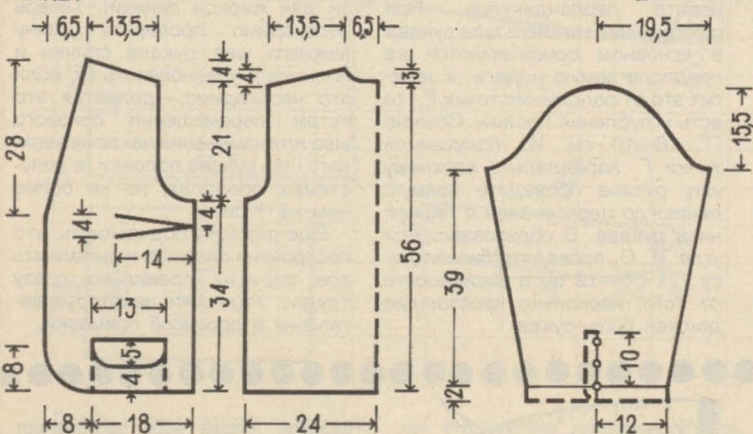
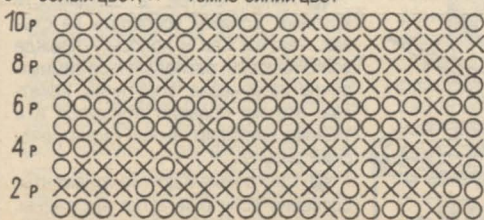


Рисунок — пье-де-пульль—куриная лапка  
0 — белый цвет, × — темно-синий цвет



11Р=1Р и т.д.

9Р  
7Р  
5Р  
3Р  
1Р

## Костюм в стиле «шанель»

Чертеж дается на 46—48-й размеры.

**Жакет** костюма выполняется по чертежу рисунком, который называется «пье-де-пульль», или «куриная лапка», и выполняется чулочной вязкой пряжей белого и синего цвета. Как вязать этот узор, показано на схеме, где «0» — петли, связанные белой пряжей, а «х» — петли, связанные синими нитками. Прежде всего надо выполнить образец и определить плотность вязания.

Вязать начинают со спинки, затем по чертежу вяжут рукава и в последнюю очередь — полочки. С самого первого ряда начинают выполнять данный узор.

Несколько пояснений. Довязав до линии прорези кармана, провяжите вспомогательной нитью один ряд—здесь будет вход в карман, следующий ряд вяжите рисунком до вытачки, которая выполняется укороченными рядами. Выполнив вытачку, начинайте убавления со стороны выреза горловины и одновременно

по линии проемы. Петли плеча закрывайте поэтапно, свободно. Клапан кармана вяжите рисунком. Удалив вспомогательную нить, наберите на спицу петли верхнего ряда (нижние надейте на булавки), вяжите рисунком клапан кармана в соответствии с чертежом, постепенно закрывая петли. Петли прямого участка закройте свободно в один прием. После этого нижние петли прорези кармана соберите на спицу и свяжите чулочной вязкой прямое полотно, длина которого должна быть равна двойной длине мешковины кармана. С обеих сторон прибавьте на шов дополнительно по 2 петли. Мешковину сшейте. Верхний край пришейте потайным швом. Отпарьте детали. Сшейте боковые и плечевые швы и еще раз отпарьте. Свяжите отделочные бейки для ворота, полочек и низа изделия, а также клапана кармана и рукавов. Их ширина — 4 см; в готовом сложенном виде — 2 см. С лицевой стороны планку пришейте кеттельным швом, изнанка бейки — на лицевую сторону жакета, с изнаночной стороны бейку прикрепите мелкими стежками, не прокалывая полотно насквозь. На правой полочке оставьте прорези для петель. На левой полочке пришейте 3 пуговицы и еще по три маленькие пуговицы — на рукава.

**Юбка** со складками спереди вяжется на машине. Вяжут начинают сбоку. Лицевая сторона юбки, так же, как и отделочные бейки на жакете, — изнаночная сторона чулочного вязания.

Вязать начинают с заднего полотнища. Наберите петли в соответствии с длиной юбки и вяжите по чертежу, сначала частичным вязанием, затем по прямой. Вытачки выполняются частичным вязанием. Последний ряд — сквозной, петли закрывают в один прием.

Переднее полотнище юбки до 1-й складки вяжется, как и спинка. Чтобы в верхней части юбки не образовалось излишней толщины, находящиеся здесь петли (на ширину 13 см) поставьте в ПНП (переднее нерабочее положение) и вяжите складку — 6 см. Ставим все иглы в РП (рабочее положение) и вяжем до следующей складки на всех иглах. Этот прием применяем, вывязывая и все остальные складки. Последний ряд вяжем полностью и закрываем петли в один прием.

Отпарьте детали, особенно тщательно обработайте ребра складок. Сложив складки, аккуратно пришейте их с изнанки мелкими незаметными стежками. Сшейте боковые швы. Отпарьте их. Пришейте или привяжите пояс. Ширина его с подшивкой 6 см. Проденьте в него широкую резинку. Низ юбки обвяжите крючком: один ряд столбиками с накидом или без накида, второй — столбиками без накида. Вязать надо слева направо, не переворачивая изделие, так называемый «рачий шаг». Для этого используйте нить потолще.

## ХОЗЯЙКЕ



● Мыть мясорубку будет намного легче, если после мяса пропустить через нее сырой очищенный картофель или кусочек черствого белого хлеба. Кстати, их вполне можно использовать и для фарша.

● Не сушите мясорубку на огне или на горячей плите — от этого портятся ножи.

● Чтобы кушанье, которое вы варите на пару, быстрее сварилось, посолите воду, в которой стоит кастрюля, — так вы поднимите температуру ее кипения.

● Чтобы отбить запах рыбы, капусты или чеснока, ополосните посуду водой с уксусом.

● Варенье в открытой банке луч-

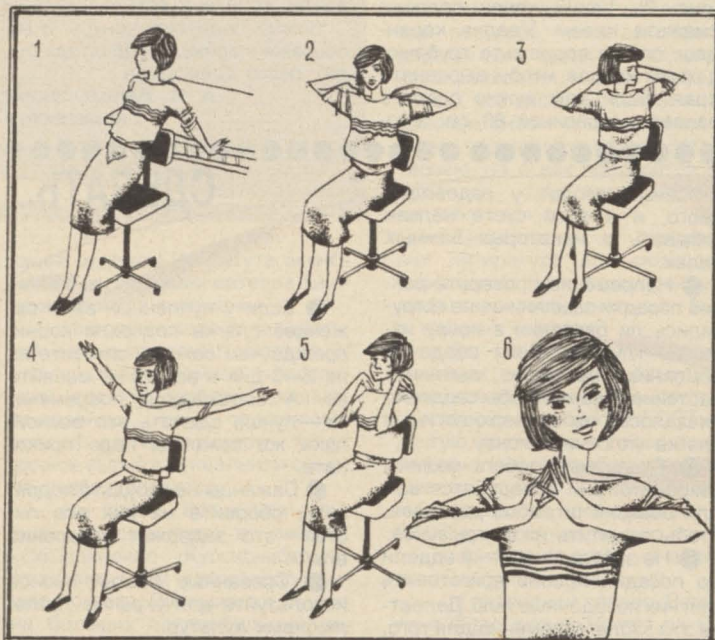
ше сохранится, если его сверху посыпать сахаром.

● Самый лучший корень хрена длиной 20—25 см, а толщиной 2—3 см. Поверхность его должна быть ровной и светлой. Мякоть — белой.

● Наиболее вкусна капуста, имеющая круглые или плоские плотные кочаны с белыми сочными листьями и неглубоко проникающей кочерыжкой.

● Рафинированное растительное масло можно нагревать значительно сильнее, чем нерафинированное.

● Лучшими жирами для фритюра считаются говяжье и свиное топленое сало, растительное рафинированное масло и кухонные маргарины. Сливочное масло и столовый маргарин для этой цели непригодны.



## СИДЯ НА СТУЛЕ

Если на работе вам приходится подолгу сидеть за столом, то комплекс, который предлагает болгарский журнал «Жената днес», сослужит вам добрую службу. Все упражнения выполняются не вставая со стула.

1. Сядьте спиной к столу. Обоперитесь на него кистями рук и приподнитесь, вынося таз вперед. В этом положении задержитесь на 10 секунд. Повторите упражнение пять раз.

2. Разведите руки в стороны и согните их в локтях. Энергично отведите локти назад. Повторите 10 раз.

3. Руки согнуты в локтях, кисти лежат на затылке. Поворот туловища вправо-влево, по пять раз в каждую сторону.

4. Руки в стороны на высоте плеч, ладони вверх. Сведите лопатки, затем поднимите руки над

головой, задержите их в таком положении на 10 секунд. Повторите пять раз.

5. Руки согнуты в локтях, пальцы касаются плеч. Локти описывают широкие круги назад. Повторите 10 раз.

6. Теперь сделаем три упражнения для пальцев. Сомкните раздвинутые пальцы правой и левой рук. С силой, не сдвигая кончиков пальцев, сдавите руки. Кисти рук расслаблены, пальцы имитируют игру на фортепиано — всего несколько секунд. Затем еще несколько секунд встряхивайте руками, словно хотите стряхнуть с них капельки воды. Повторите 20 раз.

Почувствовали себя бодрее, усталость отступила? Не забывайте и впредь делать эти нехитрые упражнения хотя бы раз-два в течение рабочего дня.

## ПУСТЬ РАДУЮТ ГЛАЗ...

«Расскажите, пожалуйста, — просит читательница В. Сергеева из Кургана, — какого ухода требуют серебряные и золотые украшения. Говорят, надо снимать кольца, если моешь руки с мылом, а мне кажется, это необязательно — ведь и золото, и серебро — металлы стойкие».

Нет, вы не правы, домашнюю работу лучше выполнять без колец и браслетов — поверхность их и украшающих их камней может поцарапаться и потерять блеск. Если блеск пропал, попробуйте промыть свои украшения в воде с нашатырным спиртом (6 капель на стакан воды), затем ополосните чистой водой и протрите фланелью.

Золотое кольцо лучше снять и тогда, когда применяете косметику — особенно, если мази, кремы приготовлены на основе ртути и ее солей: ртуть не только изменяет цвет золота, оставляет на нем белые пятна, но и разрушает его. Кстати, пятна могут появиться и от йода. Их удаляют, опустив кольцо на 15—20 минут в раствор гипосульфита — средства, применяемого в фотографии (1 чайная ложка на стакан воды). Затем промыть чистой водой и протереть фланелью.

Серебряные украшения быстро темнеют. Чтобы удалить налет, промойте кольцо или браслет в теплой мыльной воде, почистите мягкой тряпочкой, смоченной в смеси нашатырного спирта и зубной порошка или мела. Можно промыть их в теплой мыльной воде с нашатырным спиртом (1 столовая ложка на литр воды), после чего ополоснуть и вытереть насухо.

## ТАК УДОБНЕЕ



Когда повела свою дочь-первоклассницу первого сентября в школу, во время торжественной линейки обратила внимание: школьницы все время поправляют крылья фартуков. Не была исключением и моя Катя.

Дома я пришила кнопки на плечах платьица и к середине бретелей черного и белого фартуков. Оказалось очень удобно: девочка не отвлекается на эту мелочь, значит, больше внимания уроку.

К. Бовина

г. Канск.

