

Вы на и тисели

«Расскажите, как ухаживать за глоксинией, ведь к зиме листья у нее отмирают».

Н. Слюсерко

г. Николаев.

Глоксиния — клубневое растение, наземная часть которого — цветы и листья — живет только весной и летом. Осенью стебли с листьями отмирают, и растение погружается в «зимнюю спячку». Горшок с глоксинией в это время поставьте в темное, прохладное помещение и резко уменьшите полив — до двух раз в месяц, и немного. В середине февраля выставьте растение на свет и учащите полив. Когда появятся молоденькие ростки, пересадите растение в земляную смесь: по 1 части дерновой, перегнойной, листовой земли и песка. Клубни засыпьте землей на 1 см, полейте и поставьте на светлое окно. Растение отдохнуло и теперь будет развиваться.

Один раз в десять дней глоксинию подкормите минеральными удобрениями. Учтите, что она не любит сквозняков и прямых солнечных лучей.

«За лето тюлевые занавески на окнах у меня пожелтели. Можно ли отбелить их дома самой?»

Т. Мирко

г. Макеевка.

Да, эта беда поправима. Тюль попробуйте отбелить следующим образом: 2 столовые ложки 3-процентной перекиси водорода и 1 столовую ложку нашатырного спирта влейте в эмалированное ведро с горячей водой, опустите тюль в этот раствор и хорошо перемешайте палкой или деревянными щипцами. Время отбеливания — от 15 до 30 минут. Кипятить нельзя!

Можно воспользоваться и готовыми отбеливателями. Способ их применения указан на упаковке.

После любого отбеливания тюль тщательно прополощите в нескольких водах и, не выжимая, не выкручивая, повесьте над ванной, пусть стечет вода. Сушите в расправленном виде. Если требуется, прогладьте сухой тюль чуть теплым утюгом.



А я делаю так



Чеснок быстро высыхает в городской квартире, сохранить его очень трудно. Я чеснок чищу, пропускаю дольки через мясорубку, перекладываю в стеклянную банку (не соллю), закрываю полиэтиленовой крышкой и ставлю в холодильник. В таком виде он долго сохраняет свои свойства — его можно добавлять в разные кушанья, класть в соленья.

А. Поташенко

г. Уфа.

Столовую горчицу (из порошка) я готовлю по-своему, быстро, без долгого выдерживания. Беру рассол квашеной капусты, развожу порошок до нужной консистенции, перекладываю горчицу в баночку, закрываю крышечкой и ставлю в теплую воду. Через 10—15 минут горчица готова — острая, но без горечи.

Д. Фурманенко

г. Рудный
Кустанайской обл.

Иршиита Накрейко

Кто из нас не испытывал неловкости, вызванной не вовремя оторвавшейся вешалкой! К сожалению, вешалка даже у довольно тяжелых осенних и зимних пальто делается из тонкой, нередко подкладочной ткани и быстро выходит из строя. Хотелось бы обратить внимание швейных фабрик и ателье на этот дефект.

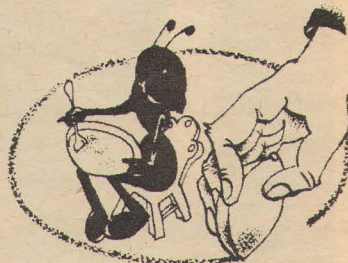
Но пока суд да дело, попробуйте укрепить вешалки на уже имеющихся у вас вещах. Брючную или другую прочную тесьму я складываю вдвое и прострачиваю (можно изготовить вешалку и из краевой бейки, срезанной с какой-либо ткани). Затем беру квадрат прочной ткани, складываю его пополам и внутрь вкладываю концы вешалки. Несколько раз их прострачиваю на машинке, чтобы вешалка держалась прочно. Подпарываю подкладку у горловины ворота, прикладываю деталь с шитой вешалкой и пришиваю ее к пальто. Держится вешалка крепко.

Вместо одной вешалки можно одновременно пришить две — сдвинув одну из них несколько в сторону. Порвется одна — можно воспользоваться запасной.

Н. Антонович

г. Пенза.

Чеснок — против муравьев



В нашей квартире неизвестно откуда появились рыжие муравьи. Всюду стали «совать свой нос», облепляли продукты, особенно хлеб, стоило хотя бы ненадолго оставить их на столе. Что я только не делала, чтобы избавиться от муравьев! Ничего не помогало.

Однажды заметил на полке рыжего муравья и зубчиком чеснока сделал вокруг него круг. Муравей стал метаться, словно угодил на горячую сковородку. Все, выход был найден...

Я натер чесноком все те места, где видел муравьев, все их «тропы». С тех пор я больше не встречал их в своей квартире. Моему совету последовали и мои друзья и подтвердили эффективность этого способа.

В. Тупицын

г. Ленинград.

ПЕРЕД ЗЕРКАЛОМ

Карандаши — не только для бровей

● Если вы хотите, чтобы брови выглядели гуще, если вам нужно подправить их форму, не закрашивайте их одной сплошной чертой — получится некрасиво. Нанесите карандашом несколько тонких штрихов; имитирующих волоски. Имейте в виду, что цвет карандаша должен либо совпадать с цветом ваших бровей, либо быть чуть светлее. Форму же бровям можно придать, расчесывая их маленькой щеточкой.

● Карандашом для бровей можно наносить тонкую линию на веках. Для этой цели лучше ис-

В вашей косметической сумочке наверняка найдется карандаш для бровей. Умеете ли вы им пользоваться?

пользовать карандаш коричневого цвета или еще более мягкого тона, особенно светловолосым и светлоглазым женщинам.

● Карандаш для бровей можно использовать вместо теней для век — нанесите в нужном месте

несколько тонких горизонтальных черточек и размажьте их.

● Светло-коричневый и темно-коричневый карандаши могут в какой-то степени заменить румяна. Нанесите на скулы несколько штрихов и размажьте их.

● Излишне удлиненный подбородок будет выглядеть короче, если карандашом для бровей нанести посередине подбородка несколько линий, краску растереть и припудрить это место.

По страницам журнала «Лада» (НРБ)

ВОТ ЭТО СУПЧИК!

В. Мастерова (г. Новая Каховка) и другие читатели в любые супы-концентраты добавляют свежие овощи и зелень. Вкусно и быстро.

Л. Оленникова (пос. Каучук Чимкентской обл.) предлагает свой способ варки рассольника. Вместо полагающейся перловой крупы она кладет в рассольник любой сухой суп-концентрат, в котором есть крупа. Это может быть «Суп домашний», «Суп особый», супы овсяный, перловый, пшеничный... Это, во-первых, намного сокращает время варки и, во-вторых, не требует заботы о специях — ведь они в концентрате обязательно есть.

Суп-концентрат из шампиньонов пользуется большой популярностью. Однако можно использовать его и для вторых блюд: 2—3 столовые ложки концентрата хорошо добавлять в солянку из свежей или квашеной капусты за 5—10 минут до готовности (**В. Бурцева**, г. Обнинск). **Н. Шарапова** (г. Одесса) разводит полпачки концентрата в 1 л холодной воды и вливает в посуду, где тушится мясо, когда оно полуготово.

А у **Г. Богдановой** (г. Кривой Рог) нет проблем с выбором оригинального горячего блюда для гостей. «Наш город — степной, лесов у нас нет, грибы — редкость, — пишет она, — поэтому для вкусного второго блюда я использую «Суп из шампиньонов». Познакомьтесь с ее рецептом.

Потребуется: 1 пакет концентрата, 50 г сливочного маргарина, 400 г отварного куриного мяса, 0,5 л воды, зелень, желатин немного тертого сыра. Отварить курицу. Бульон и часть мяса использовать для первого блюда, а остальное мясо (400—500 г) нарезать кубиками. Концентрат развести холодной водой, размешать, чтобы не было комочков, довести до кипения и варить 3—4 минуты. Положить в полученный соус кусочки курицы, перемешать, разложить в жестяные формочки, посыпать сверху тертым сыром, слегка сбрызнуть маслом и запечь в духовке до образования румяной корочки. Подавать блюдо в формочках горячим, полив растопленным маргарином и посыпав рубленой зеленью.

**Полуфабрикай-
на свежий
взгляд**



Как разнообразнее использовать имеющиеся в продаже сухие пищевые полуфабрикаты? Этот вопрос мы задали вам в начале года. Ваши ответы — их было немало за год — сообщили много интересного.

Сухие полуфабрикаты в продаже представлены довольно широко — это супы, различные каши, оладьи, кексы, кисели. Судя по письмам, многие читатели ждут обновления рецептов.

«ХОЧУ ОЛАДУШКИ!»

Н. Власова (Ашхабад), **С. Никанорова** (Воронеж), **З. Куликова** (Ленинград), **Т. Беляева** (Москва) предлагают усовершенствовать рецепт оладьев из картофельных хлопьев следующим образом: разводить сухую смесь не водой, а молоком, добавить 1—2 сырых яйца и — по желанию — жареный лук, молотый перец. Выпекать в большом количестве жира.

А вот другой коллективный рецепт.

В содержимое пакета добавить 2 сырых яйца, влить молоко, разведя содержимое до консистенции крутого пюре. Смочить руки холодной водой, сформовать плоские лепешки диаметром 8—10 см. На середину положить начинку: грибную, мясную (ее хорошо приготовить из полуфабриката «Начинка мясная») или просто кусочек сливочного маргарина. Запечатать края, сформовать котлеты, обвалять в молотых сухарях и жарить в большом количестве жира. Подавать со сметаной.

**ЕСЛИ НА ПОРОГЕ
ГОСТИ...**

Лучший рецепт кекса из любого полуфабриката — «Торт, да не тот» — мы опубликовали в № 6 за этот год. А теперь попробуйте испечь по-новому полуфабрикат «Песочный торт».

Слово **Лене Щегловой** (г. Ленинград). «Я пеку из полуфабриката не торт, а печенье. Рецептуру не меняю, просто раскатываю тесто толщиной не в 1 см, как рекомендуется, а потоньше — в 0,5 см. Вырезаю выемками печенье и выпекаю на смазанном жиром противне при температуре 180—200 градусов до коричнево-желтого цвета. Печенье тает во рту!»

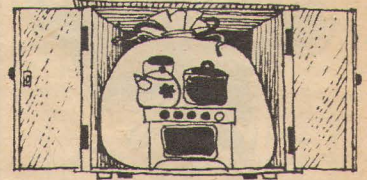
Такого же мнения **Г. Белых** (г. Чкаловск): «У меня дома всегда лежит несколько пачек «Песочного торта», и потому нет проблем, чем угостить неожиданных гостей. Причем готовлю угощение за 15—20 минут. Замешиваю тесто по указанному рецепту, делю его на 3 части. Каждую раскатываю толщиной 1 см и сверху посыпаю чем-нибудь: к примеру, первую — орешками, вторую — сахарным песком, третью — молотой корицей или изюмом (его следует вдавить в тесто). Режу на ромбики или квадраты и выпекаю до золотистого цвета. Хрустящее, рассыпчатое печенье получается!»

А вот что придумала **Н. Золотухина** (г. Кызыл Тувинской АССР): «На 1 пакет «Песочного торта» — 1 л молока, 10—14 г дрожжей, 8 яиц, немного муки. Разведите в теплом молоке дрожжи, всыпьте полуфабрикат, вбейте яйца, добавьте муку и вымесите тесто. Дайте ему подойти, сформируйте небольшие булочки и, когда они снова подыдут, выпекайте в духовке при 180—200 градусах. Они получаются пухленькими и очень вкусными».

Окончен наш конкурс. Всем приславшим письма и поделившимся своим опытом — большое спасибо.

Конкурсные письма прочла Л. Макарова.

**Как хранимь,
как варить**



Без картошки трудно представить наше меню, не правда ли? Есть хоть каждый день — не приедается! Тем важнее правильно ее хранить и правильно готовить, чтобы терялся минимум питательных веществ.

Все знают, конечно, что при низкой температуре картошка портится, но не все знают, отчего это происходит. Меня, как специалиста, часто спрашивают, можно ли как-то при кулинарной обработке исправить «сладкую», подмороженную картошку. Увы, уже нельзя: крахмал перешел в сахар, и это явление необратимо. То же происходит при проращивании клубней. Подмороженная и проросшая картошка не только невкусная. Будете варить — сахар частично растворится в воде, а затем, соединяясь с продуктами распада белков (аминокислотами), образует темноокрашенные соединения — вареный картофель темнеет.

Картофель кладут в кастрюлю и заливают кипящей водой уровнем не выше 1 см над клубнями. Учтите, чем больше наливаете воды, тем больше питательных веществ в ней растворится. При погружении очищенного картофеля в холодную воду при варке теряется четверть витамина С, в кипятке — всего 7 процентов. Если начнете варить картошку «в мундире» в холодной воде, она потеряет четверть витамина С, а в кипящей потери практически не будет. И, наконец, идеальный способ максимально сохранить этот витамин — варить картофель на пару.

Залили картошку кипятком — обязательно закройте кастрюлю крышкой, доведите воду до кипения и продолжите варку уже на слабом огне.

Когда будет готова, слейте воду и 3—5 минут подержите кастрюлю на маленьком огне — обсушите.

Если картофель позеленел (хранился на свету), значит, он содержит повышенное количество ядовитого вещества соланина. Картофель нужно очищать очень тщательно, срезая все позеленевшие места, а варить в большом количестве воды.

Вареный картофель — основа для многих блюд, так выработайте в себе привычку варить его правильно и детей своих к тому же приучите.

А. Крашенинникова,
преподаватель техникума
общественного питания

● Соленую рыбу, прежде чем разделявать, заливают холодной водой, чтобы она слегка набухла — тогда ее будет легче чистить.

● Сильно соленую рыбу вымачивают в холодной воде в течение 4—6 часов (в зависимости от крепости посола). Через каждые 1—2 часа воду меняют. После вымачивания сразу же приступают к готовке — хранить вымоченную рыбу не рекомендуется.

● Живую рыбу сначала глушат ударом по голове, после этого делают разрез между грудными плавниками и дают крови стечь. Только потом начинают чистить.

● Внутренности рыбы (не очень крупной) можно удалить, не разрезая брюшка: сделав глубокий разрез возле жабер, перерубить позвоночник и удалить голову вместе с внутренностями. Тушку тщательно промыть.





Предлагаем несколько рецептов из французской кухни.

Картофель с помидорами

Картофель очистить, нарезать ломтиками и вместе с помидорами (можно использовать консервированные) обжарить на сковороде в свином сале. Добавить соль, перец, лавровый лист. Залить водой и под крышкой (на сковороде) тушить, пока картофель не будет готов окончательно. Подавать с огурцом.

На 1 кг картофеля: 50 г сала, 2 помидора, соль, перец по вкусу, 1 лавровый лист.

Картофель дофинэ

Очистить картофель, нарезать его тонкими кружочками в эмалированную миску или блюдо, посолить, поперчить. Высыпать туда половину порции предварительно натертого сыра, перемешать, затем влить яйцо и молоко и перемешать еще раз. Глубокую керамическую посуду или сковороду натереть чесноком, смазать маслом или маргарином и выложить картофель, смешанный с яйцом, молоком и сыром. Посыпать оставшимся тертым сыром, положить сверху кусочек сливочного масла и запечь в заранее разогретой духовке (картофель должен стать мягким и покрыться румяной корочкой).

На 1 кг картофеля: 1 чайная ложка соли, 1/8 чайной ложки перца, 1 яйцо, 2 стакана молока, 200 г сыра, 1 зубчик чеснока, 4 столовые ложки масла или маргарина.

Картофель Анна

Очищенный картофель нарезать тонкими кольцами, натереть их солью и перцем. Смазать маслом дно большой сковороды и уложить в нее дольки картофеля кольцами в несколько слоев. Каждый слой сбрызнуть сливочным маслом. Закрывать крышкой и поставить в заранее сильно нагретую духовку на 30 минут. После чего перевернуть спекшийся картофель — разом, как блин или пирог, и еще на 5 минут поставить в духовку.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ КОТЛЕТЫ С ГРИБНОЙ ПОДЛИВКОЙ

Очищенный картофель отварить в небольшом количестве подсоленной воды, воду слейте, картофель обсушите и, не давая остыть, тщательно разомните (лучше пользоваться не деревянной толкушкой, а металлической — с дырочками). В готовое пюре вбейте сырые яйца (можно и одни желтки). Одно условие — пюре немного охладите, чтобы белки не заварились. Все тщательно перемешайте. Сформируйте шарики и сложите их на некотором расстоянии друг от друга на подпыленную пшеничной мукой разделочную доску. Чтобы картофельная масса не липла, руки тоже должны быть в муке.

Теперь из картофельных шариков формируйте котлеты — это удобно делать широким ножом. По правилам картофельные котлеты размером больше мясных. Затем запанируйте их в муке и поджаривайте на любом жире.

Подливка: грибы замочите в 2 стаканах воды на 2—4 часа, потом выньте, тщательно промойте, а воду из-под грибов аккуратно слейте в другую посуду, чтобы песок остался на дне. В этой воде варите грибы до мягкости (20—25 минут), посолите в конце варки.

Пока грибы варятся, пшеничную муку обжарьте до золотисто-коричневого цвета, лук мелко нарежьте и отдельно спассируйте на растительном масле. Жареную муку разведите небольшим количеством теплой (температуры парного молока) кипяченой воды или мясного бульона так, чтобы не было комков. Сваренные грибы выньте, а разведенную муку влейте в грибной отвар — получился соус. Грибы мелко нарежьте, смешайте с пассерованным луком, положите в соус. Варите его еще 7—10 минут. К концу добавьте сметану, попробуйте на соль, доведите до кипения и снимайте с огня.

Котлеты с соусом несут на



стол горячими. Хотите — подайте соус отдельно в соуснике, а хотите — полейте котлеты прямо в тарелке.

На 4 порции понадобится 700 г картофеля, одно яйцо, 50 г жиров. Для соуса: 5—6 штук сушеных грибов, столовая ложка пшеничной муки, 2—3 столовые ложки сметаны, 2 луковицы.

КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ

Это блюдо, очень простое и в то же время эффективное, готовят на небольших порционных сковородах, в них и подают к столу.

Приготовление. Картофель отварите в кожуре, очистите, нарежьте кружочками, обжарьте, уложите на порционные сковородки, подмазанные жиром, сверху положите жареный лук, посолите, залейте густым молочным соусом (о его приготовлении мы рассказали в № 10 за 1986 год) и поставьте запекаться в духовку.

Подавая, посыпьте картофель мелко нарезанной зеленью, а сковородки поместите на мелкие тарелки диаметром чуть больше сковородок.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ ВАТРУШКИ

Продукты. Для теста — 7 средних картофелин (700 г), 1

столовая ложка пшеничной муки, 1 яйцо, соль. Для фарша — 150—200 г творога, пол-яйца, сахар по вкусу.

Картофельную массу готовьте так же, как для котлет, добавив муку. Затем разделайте ее в виде шариков, в центре каждого сделайте углубление чем-нибудь подходящим (например, деревянной толкушкой).

Творог тщательно перетрите с яйцом и сахаром, заполните им углубления, смажьте ватрушки яйцом и выпекайте в духовке. Подавать картофельные ватрушки нужно горячими, со сметаной.

КАРТОФЕЛЬНАЯ КУЛЕБЯКА

На 1 кг картофеля: 5 яиц, 1 столовая ложка с верхом муки или манной крупы, 2—3 луковицы, 50 г любого жира.

Очистите сваренный в мундире картофель, разомните до пюреобразной массы, добавьте муку или манную крупу, 1 яйцо, посолите и хорошо вымешайте.

Для фарша сварите вкрутую остальные яйца, мелко их изрубите, перемешайте со спассерованным мелко нарезанным луком.

Возьмите подходящую полотняную салфетку (или кухонное чистое полотенце), намочите, разложите на стол и выложите на нее картофельную массу в виде вытянутой лепешки толщиной 2 см. На середину полоской положите фарш. С помощью салфетки сверните кулебяку рулетом, рукой, смоченной водой, разровняйте ее и, взяв за оба конца салфетки, переложите сформованную массу на смазанный жиром противень, швом вниз. Смажьте верх разболтанным яйцом и поставьте запекать в духовку.

Готова кулебяка будет тогда, когда хорошо поджарится. Вынув, нарежьте ее острым ножом и, подавая, полейте сметанным или грибным соусом.

Кроме яично-лукового фарша, можно взять грибной или мясной.

● Кочаны свежей капусты хорошо сохраняются, если их плотно завернуть в газетную бумагу и положить на небольшом расстоянии друг от друга в сухом прохладном месте. Со временем потемневшую или влажную бумагу снять, кочаны очистить от верхних листьев и снова завернуть в свежую бумагу. Кочерыжки по возможности должны быть длинными.

● Чтобы соленые огурцы не заплесневели, надо при засоле положить в посуду холщовый мешочек с зернами черного перца (50 г на ведро рассола), а когда огурцы будут готовы, доставать их не рукой, а обязательно чисто вымытой ложкой или вилкой.

Хозяйке на заметку



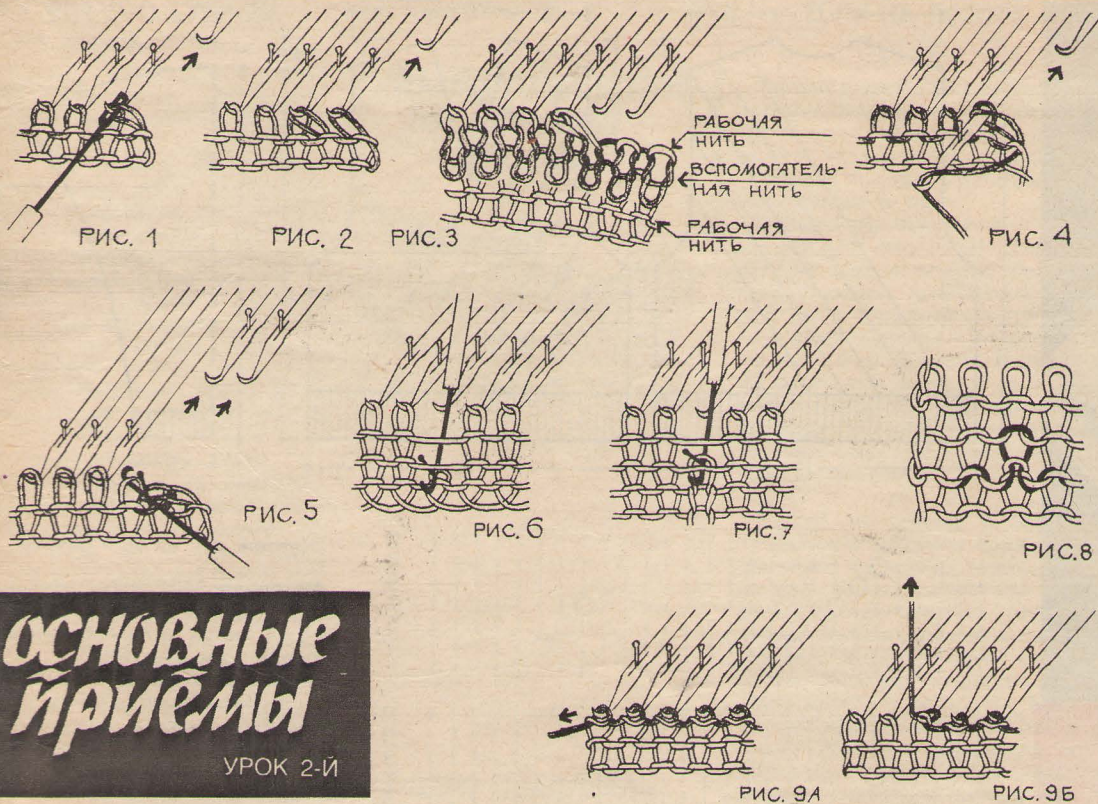
● Если вам надо уменьшить пробку, вырежьте в ней острым ножом клин или конус и, крепко сжав оставшуюся часть пробки, вставьте ее в пузырек или бутылку.

● Пробку, прокипяченную в течение нескольких минут, гораздо легче вставить в тесное горлышко бутылки.

● В посуду, где хранят соль, можно положить листок промокающей бумаги. Она защитит соль от влаги и не даст образоваться комкам.

Е. Демакова

г. Новосибирск.



ОСНОВНЫЕ ПРИЁМЫ

УРОК 2-Й

Убавление петель. Если вам надо убавить одну петлю с края полотна, снимите эту петлю одноигольным деккером и перенесите ее на крючок соседней иглы (рис. 1). Ушко деккера наденьте на крючок этой крайней иглы, продвиньте ее деккером к НР (петля перейдет на деккер), освободите петлю из-под платины (рис. 1). Ушко деккера наденьте на крючок этой крайней иглы, продвиньте ее деккером к ВР (петля с деккера перейдет за язычок иглы), полотно придерживайте снизу рукой. Поставьте эту иглу в РП. Освободившуюся иглу сразу сдвиньте к НР. При таком убавлении петель край полотна будет ровным.

Плотный, ровный край получается при убавлении петель внутри полотна. Для этого вторую от края петлю снимите одноигольным деккером и перенесите ее на крючок третьей от края иглы. На освободившуюся иглу перенесите петлю с первой иглы, а свободную первую иглу поставьте к НР (рис. 2).

Для получения по краю полотна «дорожки» в два петельных столбика перенесите петлю с третьей иглы на четвертую, а две крайние петли двухигольным деккером переместите к полотну — тогда заполнится освободившаяся третья игла и освободится первая. В машинах с автоматической прокладкой нити работайте сразу трехигольным деккером.

Для убавления одной петли в середине полотна эту петлю перенесите на соседнюю иглу, все петли от края передвиньте к се-

редине полотна, заполняя освободившуюся иглу внутри полотна.

Убавление нескольких петель внутри полотна в одном ряду выполняйте следующим образом: выполнив несколько рядов ВН, снимите полотно с машины, отогните на лицевую сторону полотна полоску, связанную ВН, и навесьте на рабочие иглы петли с таким расчетом, чтобы на некоторых иглах было по две петли (рис. 3). Поставив иглы в РП, продолжайте вязание. Окончив работу, распустите вспомогательную нить.

Закрытие петель. Для убавления одновременно нескольких петель по краю полотна и при снятии полотна с машины по окончании вязания необходимо закрыть петли. Для этого каретка и рабочая нить должны быть с той стороны, где надо убавить петлю. Одноигольным деккером снимите первую петлю, перенесите ее на крючок соседней иглы и вручную провяжите петлей на крючке петлю на стержне иглы (за пятку иглу передвиньте сначала к НР, а затем к ВР). Таким образом, на крючке иглы останется одна петля. Чтобы не стянуть край полотна, на крючок этой же иглы накиньте рабочую нить и ею еще раз провяжите петлю вручную. Когда нужное количество петель будет убавлено, на оставшихся иглах продолжите вязание. Можно сразу перенести снятую петлю за язычок второй иглы и обе петли дважды провязать рабочей нитью вручную (рис. 4). Таким же образом закрывайте все петли при сня-

тии полотна с машины. Если при вязании используют не все иглы (узоры с неполным переплетением), то на месте пропущенных игл вручную провяжите 4—5 ряд, образуя цепочку из воздушных петель.

Если изделие связано на плотности от 0 до 5, то петли закрывайте «косичкой». Для этого каретку установите справа, рабочая нить также должна находиться справа (если каретка в процессе вязания осталась слева, провяжите еще один ряд). Регулятор плотности поставьте на цифру 10. Провяжите один ряд, выдвиньте все иглы к ВР, освободите петли правого края из-под платин, снимите первую правую петлю, переведите ее за язычок петлеуловительной иглы, а вторую петлю снимите на крючок петлеуловительной иглы. Петлей на крючке провяжите петлю на стержне иглы за язычком петлеуловительной иглы (рис. 5). Вновь образовавшуюся петлю переведите за язычок петлеуловительной иглы, а на крючок снимите следующую петлю и так до конца. Петли из-под платин освобождайте по мере передвижения влево.

Поднятие распущенных петель. В процессе вязания некоторые петли иногда случайно сбрасываются с игл. Если вы сразу заметите это, поставьте иглу к НР, образовавшийся над сброшенной петлей петельный столбик распустите. Соседние петли освободите из-под платин. Петлеуловительную иглу крючком вниз и к себе подведите к сброшенной петле с лицевой сто-

роны полотна. Подхватите петлю, переведите ее за язычок, поверните иглу боком, язычком иглы отделите одну горизонтальную протяжку над петлей, поверните иглу прямо (рис. 6). Потяните ее вверх, провязывая один ряд (рис. 7). Затем снова поверните иглу боком, направьте ее вниз, переведя вновь образовавшуюся петлю за язычок. Таким образом, восстанавливается весь петельный столбик. Последнюю петлю наденьте на рабочую иглу.

Если сброс петли вы заметили не сразу, то петельный столбик либо восстанавливайте частями, либо почините полотно по окончании вязания. В этом случае упущенную петлю поднимите с лицевой стороне полотна и, закрепив конец рабочей нити на изнаночной стороне, выведите иглу с ниткой на лицевую сторону через поднятую петлю. Справа и слева над этой петлей будут заметны полупетли (в начале восстановленного петельного столбика). Иглу введите в правую полупетлю с лицевой стороны на изнаночную, в левую полупетлю — с изнаночной на лицевую, на изнаночную сторону выведите через поднятую петлю, конец нити аккуратно закрепите (рис. 8).

Распускание нескольких рядов. Распустите несколько рядов, не снимая полотно с машины, можно следующим образом. Поднимите кнопку каретки, противоположную нужному движению (например, каретка передвигается вправо — поднимите левую кнопку), на рабочие иглы набросьте нить и провяжите один ряд. Механизм каретки поставит иглы в среднее нерабочее положение (крючки игл на уровне платин, язычки закрыты, нить на крючках). Конец нити слегка потяните сначала вниз (рис. 9а), а затем вверх, петли верхнего ряда при этом распустятся, а петли следующего ряда поднимутся на крючки игл (рис. 9б). Когда нужное количество рядов будет распущено, поставьте все иглы в РП, опустите кнопку каретки и продолжите вязание.

Если полотно снято с машины без ВН, для продолжения вязания на рабочие иглы навесьте петли третьего от верха ряда, не распустя верхних рядов. Для этого в каждую петлю 3-го ряда введите деккер, цепляйте им крючок нужной иглы и пропускайте ее через петлю. Верхние ряды распустите после того, как петли 3-го от верха ряда будут на иглах. Поставьте иглы в РП и продолжайте вязание.

Если нужно отделить какую-то часть полотна, с изнаночной стороны по намеченному ряду перегните полотно, надсеките нить в начале и конце ряда, выдерните ее, полотно при этом разведется.



БЛУЗОНЫ НА РАЗНЫЙ ВКУС

Т. Мочалова

Чертеж дан на 48-й размер.

Материал: 450 г белой шерстяной пряжи 10/2 в 2 нити и 100 г тонкого цветного мохера светлого тона. Спицы № 5.

Вязание: резинка 1×1, которая обработана низ изделия, горловина и манжеты; двухцветный узор.

Для образца двухцветного узора наберите 21 петлю (число

должно делиться на 4, плюс 3 петли для симметрии, плюс 2 крайние).

1-й и 2-й ряды — мохеровой нитью вязать все петли лицевыми.

3-й ряд — * 3 лицевые, накид, 1 снять, не провязывая, 3 лицевые (здесь и в дальнейшем: от знака * узор повторяется). С этого ряда по 8-й вязать не мохеровой, а шерстяной нитью.

4-й ряд — * 3 изнаночные, накид, петлю с накидом снять, не провязывая, * 3 изнаночные.

5-й ряд — * 3 лицевые, накид, петлю с двумя накидами снять, не провязывая, * 3 лицевые.

6-й ряд — * 3 изнаночные, накид, петлю с тремя накидами снять, * 3 изнаночные.

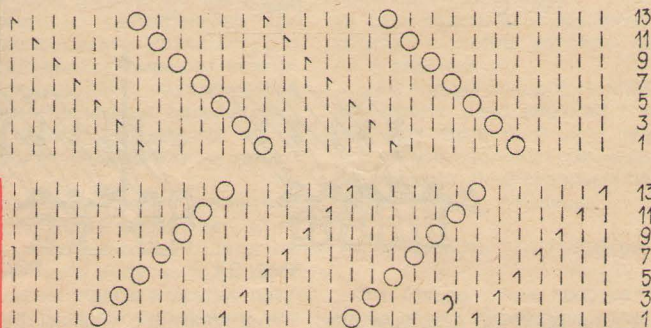
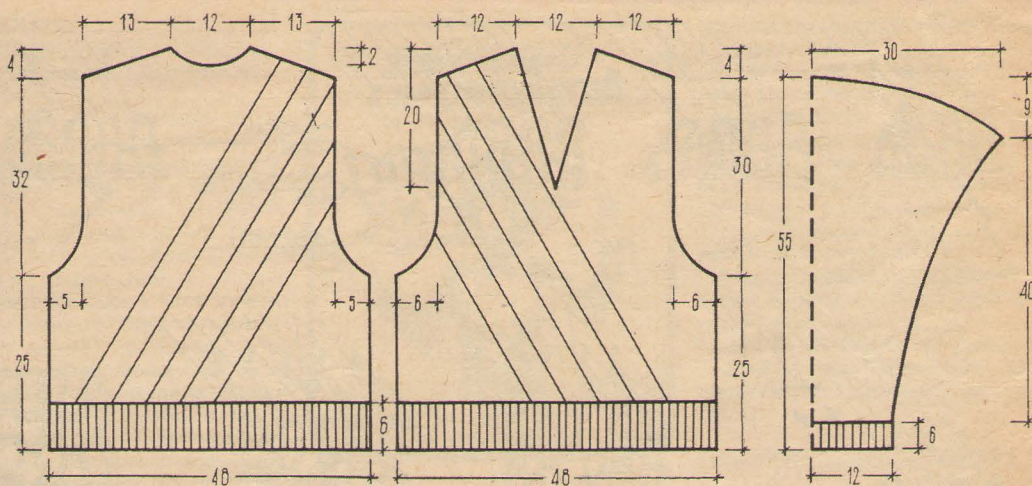
7-й ряд — * 3 лицевые, петлю с четырьмя накидами провязать вместе лицевой, * 3 лицевые.

8-й ряд — все петли вязать изнаночными.

9-й и 10-й ряды — все петли вязать лицевыми мохеровой нитью.

11-й ряд — 1 лицевая, * накид, 1 снять, 3 лицевые, * накид, 1 снять, 1 лицевая. Этот ряд и все последующие по 16-й ряд включительно вязать шерстяной нитью.

12-й ряд — 1 изнаночная, * накид, петлю с накидом снять, 3

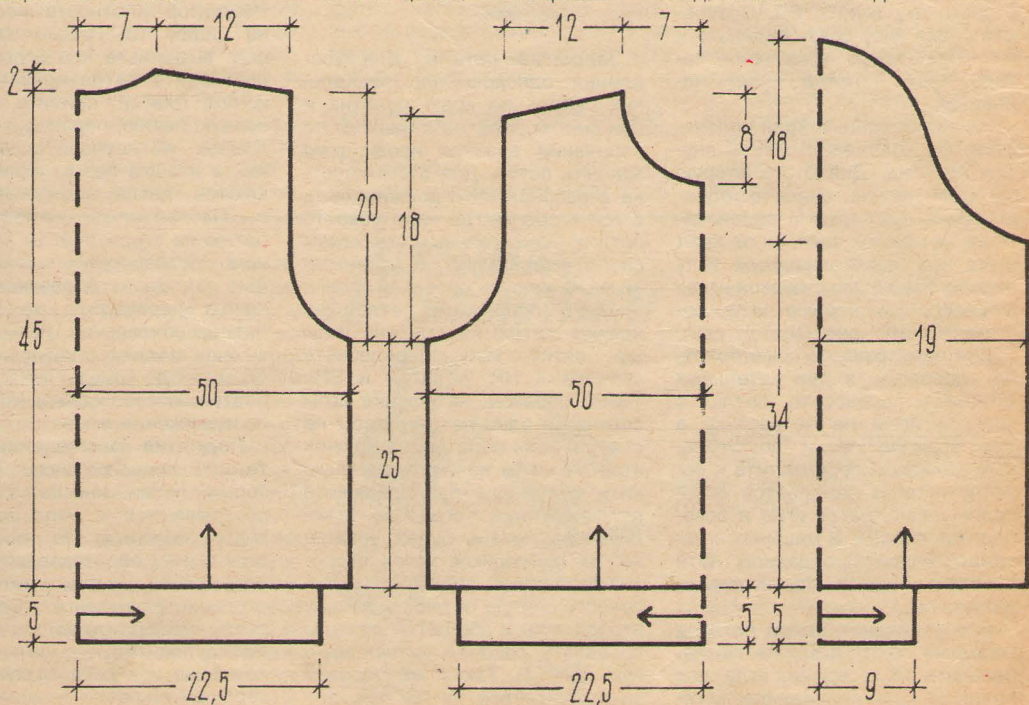


Чертеж дан на 46-й размер.

Материал: 500 г пряжи домашнего прядения. Спицы № 4 и № 5, 4 метра атласной ленты шириной 1 см, стеклярус.

Вязка: резинка 1×1, чулочная, ажурные диагональные полосы. Узор ажурных диагональных полос дается на схеме (все четные ряды вяжутся изнаночными петлями).

Спинку и перед вяжите по выкройке снизу вверх. Резинка



1×1 высотой 6 см вяжется на спицах № 4, далее поменяйте спицы на № 5 и вяжите ими до конца. Ажурный диагональный узор по переду начинайте выполнять, отступив от правого бокового шва на 5 см. Повторите мотив узора (12 петель) 4 раза, закончите ряд чулочной вязкой. По переду выполните острый вырез горловины. На спинке диагональный ажурный узор располагается, отступив от левого бокового шва на 5 см.

Рукава начинайте вязать на спицах № 4 резинкой 1×1, далее спицы поменяйте на № 5 и вяжите ими рукав чулочной вязкой. Отдельно свяжите шарф-воротник чулочной вязкой, ширина его 15 см, длина 90 см.

Когда все детали будут готовы, сшейте плечевые и боковые швы, рукава. Вшейте рукава в пройму. К вырезу горловины пришейте шарф-воротник. По дырочкам, образованным накидами, продерните атласную ленточку. Наклонные полосы украсьте вышивкой стеклярусом. Можно использовать шов «козлик» или тамбурный шов.

1 лицевая
0 накид

изнаночные *, накид, петлю с накидом снять, 1 изнаночная.

13-й ряд — 1 лицевая, * накид, петлю с двумя накидами снять, 3 лицевые *, накид, петлю с двумя накидами снять, 1 лицевая.

14-й ряд — 1 изнаночная, * накид, петлю с тремя накидами снять, 3 изнаночные, * накид, петлю с тремя накидами снять, 1 изнаночная.

15-й ряд — 1 лицевая, * петлю с четырьмя накидами вязать вместе лицевой, 3 лицевые *, петлю с четырьмя накидами вязать вместе лицевой, 1 лицевая.

16-й ряд — все петли вязать изнаночными.

17-й ряд — узор повторять с 1-го ряда.

Перед, спинку и рукава начинайте вязать снизу спицами № 5 двухцветным узором строго по выкройке. Когда перед и спинка будут связаны, сшейте плечевые и боковые швы. Для обработки низа изделия наберите на спицы 15 петель и свяжите резинкой 1×1 пояс длиной 90 см плюс 5 см на застежку. Аккуратно пришейте его к блузону, предварительно слегка присборив линию низа. Для обработки горловины наберите на спицы 27 петель и свяжите воротник резинкой 1×1. Длина воротника равна ширине горловины. Пришейте воротник.

Рукава сшейте. Свяжите на 15 петлях манжету длиной 18 см, пришейте ее к низу рукава. Присборите головку рукава и вшейте его в пройму. Пришейте подплечники.

Гибкость — это способность выполнять движения с большой амплитудой, размахом. Она зависит от того, в каком состоянии суставы и позвоночник, насколько они подвижны. С возрастом при отсутствии специальных тренировок гибкость утрачивается. Некоторые ученые считают уровень гибкости мерилем возраста человека.

Однако возраст можно «обмануть», сохранить гибкость до старости. Так, профессор К.Ф. Никитин упорными тренировками добился того, что в свои 80 с лишним лет может выполнить такое сложное упражнение, как шпагат.

Проверьте и вы свою гибкость. Ее можно считать хорошей, если после небольшой разминки вы сможете сделать следующие упражнения:

а) в положении стоя наклониться вперед-вниз и, не сгибая коленей, ладонями коснуться пола;

б) в положении сидя на полу, наклонившись вперед, коснуться лбом коленей;

в) стоя спиной к стенке на расстоянии 25—30 см, поднять руки вверх и попытаться коснуться кистями стены, не прогибаясь при этом в пояснице;

г) в положении стоя выполнить мах ногой вперед-вверх до уровня головы, затем в сторону и назад — выше уровня пояса;

д) сделать «мостик» с прямыми руками и ногами.

Если вы чувствуете, что некоторые из этих упражнений сделать не можете, значит, вам необходимы тренировки.

Мы предлагаем следующие упражнения, которые помогут восстановить подвижность суставов и обрести гибкость.

ДЛЯ ПЛЕЧЕВЫХ СУСТАВОВ

1. И. п. — стоя, руки вверх. Ритмично отводите руки назад (8 раз), затем расслабляйте мышцы рук в течение 15—20 сек. Повторите 4—6 раз.

2. И. п. — стоя, руки в стороны. Выполняйте большие круги руками сначала в одном, затем в противоположном направлении (10—12 раз).

3. И. п. — руки вверх. Выполняйте круговые движения руками, как при плавании кролем и на спине, по 10—12 раз в каждом случае.

4. И. п. — стоя, в руках сложенная вдвое скакалка или гимнастическая палка, расстояние между кистями 70—80 см. Поднимите руки вверх и пронесите их назад, растягивая скакалку, затем верните руки в и. п. Старайтесь руки не сгибать и держать как можно уже. Повторите 8—12 раз.

5. И. п. — стоя согнувшись, прямые руки на спинке стула. Наклоняйтесь вперед, прогнувшись (спина прямая) как можно ниже. Повторите 8 раз.

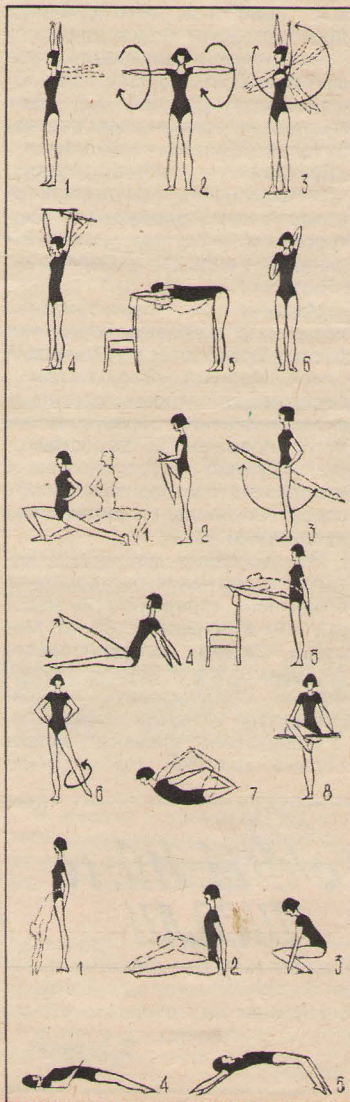
6. И. п. — стоя. Отведите руки



назад — одну вверх, другую вниз. Зацепитесь пальцами, потяните руки, затем смените положение рук. Повторите 8—12 раз.

ДЛЯ ТАЗОБЕДРЕННЫХ СУСТАВОВ

1. И. п. — правая согнутая нога впереди, а левая прямая сзади. Выполняйте пружинистые приседания, не сгибая ногу, находящуюся сзади, и на каждый восьмой счет делайте поворот кругом и продолжайте упражнение. Повторите 30—40 раз. Эффект будет большим, если ногу, находящуюся впереди, поставить на ступ.



2. И. п. — стоя. Согните ногу и трижды подтяните колено руками к груди. Повторите каждой ногой по 6—8 раз.

3. И. п. — стоя. Выполняйте маховые движения ногой вперед, назад и в сторону — по 6—8 раз каждой ногой.

4. И. п. — лежа на спине или сидя, руками опереться сзади. Каждой ногой поочередно выполняйте движения вперед-вверх, к голове. Повторите по 8—10 раз каждой ногой.

5. И. п. — стоя, левая нога поднята на спинку стула. Наклоняйтесь пружинисто по 4 раза сначала к левой (поднятой), а затем к правой (опорной) ноге. Затем поставьте на спинку стула правую ногу и повторите упражнение. Выполните по 12—16 наклонов к каждой ноге, старайтесь ноги не сгибать.

6. И. п. — стоя, сидя или лежа на боку. Круговые движения ногой с большой амплитудой сначала в одном, затем в противоположном направлении. Повторите каждой ногой по 12—16 раз.

7. И. п. — лежа на животе. Согните ноги, возьмитесь руками за голеностопные суставы и старайтесь отвести прямые ноги. Выполняйте пружинисто по 6—8 раз подряд.

8. И. п. — стоя, в руках гимнастическая палка или скакалка. Согните ногу и, не касаясь палки (скакалки), пронесите ее вперед, а затем назад. Повторите каждой ногой по 6—8 раз.

ДЛЯ ПОЗВОНОЧНИКА

1. И. п. — стоя. Выполняйте 3—4 пружинистых наклона подряд вперед-вниз, касаясь ладонями пола. Повторите 12—16 раз.

2. И. п. — сидя на полу. Наклоняйтесь вперед, стараясь касаться лбом коленей. Выполняйте наклоны ритмично 8—12 раз подряд. Повторите 3—4 раза.

3. И. п. — присядьте, обопритесь кистями о пол. Выпрямляйте ноги, не отрывая рук от пола, голову наклоняйте к коленям, а затем вновь присядьте. Повторите 8—12 раз.

4. И. п. — лежа на спине, локти на полу. Прогибайтесь в грудном отделе позвоночника 8—12 раз.

5. И. п. — лежа на спине, ноги согнуты, стопы на полу, кисти у плеч на полу. Поднимите туловище (таз) и сделайте «мостик». Постарайтесь полностью выпрямить руки и ноги. Повторите 6—8 раз.

Каждый день старайтесь включать в свой гимнастический комплекс не менее 2—3 упражнений из приведенных здесь групп. Их надо выполнять утром или днем. Делать упражнения лучше в теплом помещении, в тренировочном костюме. После того, как будут выполнены общеразвивающие упражнения, бег, когда весь организм, мышцы, связки и суставы согреваются, приступайте к специальным упражнениям.

Любой пол, дощатый крашенный и некрашенный, паркетный, из линолеума или пластика, требует постоянного ухода. Ведь только чистый, нарядный пол создает ощущение уюта, способствует хорошему самочувствию. Да, именно самоочувствию: воздух в помещении находится в непрерывном движении, пыль поднимается и оседает на мебели, и если ее не удалить пылесосом или влажной тряпкой, мы будем дышать ею.

Чистоту надо беречь. Поэтому, вернувшись домой с работы, с прогулки, надевайте легкие домашние туфли, кстати, дадите отдых ногам. Старайтесь каждый день протереть пол под кроватями, диванами, креслами — там, где имеет обыкновенные накапливаться пыль. Подметая, оберните щетку влажной марлей.

Максимально используйте пылесос. Надо признаться, что мы часто недооцениваем этот прибор. Извлекаем его обычно для чистки ковров, мягкой мебели и гораздо реже — полов. Пылесос способен выбрать пыль из всех щелей и пор деревянного пола, проникнуть в труднодоступные для уборки места.

Наиболее распространенными пока еще остаются дощатые полы, как правило, крашенные. Однако есть любители и некрашенных, белых полов.

Чтобы удалить жирное пятно с некрашеного пола, его промывают бензином, посыпают картофельной мукой и проглаживают умеренно нагретым утюгом через промокательную бумагу. Можно приготовить кашицу из уксуса и глины (белой, серой), покрыть ею пятно на ночь, а утром смыть кашицу водой.

Крашенные дощатые полы выглядят наряднее и долше служат, чем некрашенные. Да и ухаживать за ними легче. В теплую воду для их мытья хорошо добавить нашатырный спирт (1—2 столовые ложки на ведро воды) — это придаст краске блеск. Такой же эффект достигается, если вымытый пол ополоснуть водой с уксусом (стакан уксуса на ведро воды). Добавление же соды или мыла приведет к потускнению, потемнению краски.

Дощатые некрашенные и крашенные полы можно мыть специальной «Жидкостью для мытья пола».

В городских квартирах преобладают паркетные полы и полы из линолеума.



Паркетный пол не моют, его подметают, пылесосят, время от времени протирают влажной тряпкой. Наконец, паркет издавна натирают воском, составами на основе воска, мастиками. Современные полирующие средства содержат, помимо восковых веществ, ряд других компонентов, позволяющих очищать пол от грязи, повышающих прочность образуемой ими блестящей пленки, ее водостойкость, устойчивость против загрязнения.

Не реже одного раза в два месяца паркетный пол обрабатывают мастикой. Ее наносят мягкой суконкой на сухой чистый пол тонким слоем и спустя 30—40 минут натирают пол до блеска полотерной щеткой или электрическим полотером и окончателно — чистой суконкой, фетром. Ежедневно той же щеткой, полотером или суконкой лишь освежают блеск пленки.

Ассортимент выпускаемых нашей промышленностью полирующих средств для пола включает мастики на органических растворителях («Вици», «Зеркальная», «Светлая», «Силиконовая», «Скипидарная»), эмульсионные с частичным содержанием растворителя («Спугла», «Эмульсионная»), водные («Паркет-2», «Янтарь»).

Мастики на растворителях легко располировываются, пол быстро приобретает устойчивый блеск. Мастика «Силиконовая», содержащая кремнийорганические соединения, образует пленку с повышенной водостойкостью. Однако присутствующие в препаратах растворители (уй-спирит, скипидар) придают им неприятный запах.

Эмульсионные мастики, в которых содержание растворителя ограничено, страдают этим недостатком в меньшей степени. Мастика «Спугла» обладает бактерицидными свойствами, способностью стерилизовать поверхность пола и воздух помещения.

Совершенно лишены запаха водные мастики. Но их надо

предварительно развести водой, и располировываются они несколько труднее. Мастика «Янтарь» содержит кремнийорганические соединения.

Жирное пятно на паркете протирают ваткой, смоченной скипидаром, посыпают тальком или измельченной в порошок белой глиной и проглаживают через промокательную бумагу негорячим утюгом. Оставшееся на полу белесое пятно обрабатывают полирующим средством.

В последние годы получила распространение отделка паркетных полов лаком. Лаковое покрытие сохраняется 2—3 года и более, уход за ним предельно прост. Раз в неделю его рекомендуется пропылесосить, а раз в месяц протереть влажной тряпкой.

Полы, покрытые линолеумом, моют теплой водой с мылом, тщательно смывая пену чистой водой. При этом не следует пользоваться ни содой, ни нашатырным спиртом, которые могут разрушить линолеум, вызвать его ломкость. Горячая же вода способна стереть рисунок. Прекрасно очищает пол от загрязнений, придает линолеуму обновленный вид упоминавшаяся выше «Жидкость для мытья пола».

Раз в 2—3 месяца пол, покрытый линолеумом, целесообразно смывать натуральной олифой или льняным маслом и протирать мягкой тряпкой. Раз в год можно промыть его керосином. Керосин применяют и для удаления других пятен. Свежие следы, полосы, оставленные подошвами или каблуками обуви, можно удалить бензином.

Полирующие средства применяются для натирки дощатых полов и полов, покрытых линолеумом.

Белые (некрашенные) дощатые полы можно натирать практически любой мастикой, полы из линолеума — эмульсионными мастиками с частичным содержа-

нием растворителя и водными. Обработка полов раз в 2—3 месяца мастиками придает им устойчивый блеск, облегчает уход за ними, способствует их сохранению.

В продажу поступает жидкое средство «Виполокс», очищающее мебель и полы всех видов, придающее им блеск. Препарат в аэрозольной упаковке «Жидкий воск» очищает, обновляет полированную мебель, обшивку стен дощатые крашенные, паркетные и покрытые линолеумом полы, различные пластмассовые поверхности, придает им антистатические и водоотталкивающие свойства.

Особый интерес с точки зрения легкости применения представляют самоблестящие эмульсионные составы «Виполис» и «Самоблеск-2». Первый предназначен для ухода за полами из паркета, линолеума и других полимерных материалов, он же дезинфицирует обработанную поверхность. Вторым можно обрабатывать и дощатые крашенные полы.

Перед нанесением препаратов полы моют или протирают влажной тряпкой. Эмульсию губкой или тряпкой распределяют тонким слоем по сухому полу. Примерно через 30 минут на полу образуется тонкая, но прочная блестящая пленка, которая защищает пол от механических повреждений, выдерживает многократную влажную уборку. Чтобы получить пленку с устойчивым блеском на полу, окрашенном полуматовой краской, его надо покрыть эмульсией 2—3 раза с перерывами для сушки в 30 минут. На «рыхлые», впитывающие жидкость паркетные полы следует нанести 3—4 слоя препарата, давая каждому предыдущему высохнуть, затвердеть. Пол, обработанный мастикой, достаточно покрыть одним слоем самоблестящей эмульсии. Пользоваться полирующими средствами, не требующими натирки, рекомендуется ежемесячно. Раз в полгода-год накопившийся на полу состав удаляют специальным «Очистителем полов», пригодным и для очистки полов всех видов от старых восковых покрытий. Для снятия остатков воска, жирных пятен и других загрязнений с паркета, а также его отбеливания может быть использован препарат «Эгле-1».

М. ВИГДОРОВИЧ



ВЫ НАИ ПИЕЛИ

«У меня в муке завелись черные жучки. Что это за вредители и как от них избавиться?»

З. Тареева

г. Мурманск.

Многим хозяйкам досаждают этот вредитель — черный хрущак. Как правило, селится он в муке, в крупах, особенно если в доме имеется их большой запас. Чтобы хрущак не завелся, храните сыпучие продукты в стеклянной или металлической посуде, а на полках разложите дольки чеснока.

Если же вредитель уже есть, нужно от него избавляться как можно скорее. Если жуков немного, переберите крупу и макаронные изделия, просейте муку. Затем прогрейте их в духовке: крупу при температуре 50 градусов, муку — при 40 градусах. Буфет, ящики промойте водой с мылом и с содой, просушите.