

1. СБИТЕНЬ

Сладкий, ароматный, очень полезный, тонизирующий, согревающий - все это о старинном славянском напитке. Вариантов рецепта масса - смелее экспериментируйте. В составе обязательно есть мед, вода и пряности. А специи делают его уникальным. Можно использовать травяные сборы и даже вытяжки растений, сушеные ягоды - от них будет зависеть вкус и аромат сбитня. И пользы будет хоть отбавляй! На Руси его очень любили - наверное, как сегодня чай. Его пили всегда и везде, поскольку мед и травы были в избытке.

Сейчас его можно попробовать где угодно - в российской столице, Санкт-Петербурге, практически в каждом городе Золотого кольца.



Его фишка - ярко выраженный медовый вкус.

Ольга ТКАЧЕВА/Фотобанк Лори

2. ИВАН-ЧАЙ

О лечебных свойствах этого напитка известно издавна. «Чай не пьешь - где сил берешь?» - говорили раньше на Руси. При этом имели в виду именно иван-чай. И действительно, он дает человеку небывалую силу и энергию. Наполняет организм мощью, исцеляет тело и согревает душу. Кипрей узколистный - высокое растение с яркими цветками сиреневого или розового цвета. А еще самый популярный вид, который распространен по всей территории России и занимает огромные площади на Урале и Алтае. По-другому его называют «огненной травой», «пожарником», «скрипуном», копорским чаем.

Уникальность - в концентрации полезных веществ. Содержит 69 полезных микроэлементов - 2/3 таблицы Менделеева. Три дневные нормы марганца, что способствует лучшему усвоению кальция. Это настоящий кладезь витаминов, мощнейший антиоксидант с седативным эффектом и антисептик.



Листочки не только очень красивые, но и безумно полезные.

Наталья КУЗНЕЦОВА/Фотобанк Лори

ПЯТЬ САМЫХ ВКУСНЫХ СОГРЕВАЮЩИХ НАПИТКОВ

Валентина СТЕПАНОВА

■ А за окном то дождь, то снег... Так хочется лежать под пушистым пледом и пить что-то теплое, что заодно и укрепит иммунитет. Рассказываем, чем удивляют в российских регионах.

3. ГЛИНТВЕЙН

Есть в нашей стране место, где этот напиток пьют уже не одно столетие, - Калининград, раньше называвшийся Кенигсбергом. Остров Канта - магнит для туристов не только благодаря Кафедральному собору и его органному концертам.

Это излюбленное место для прогулок влюбленных парочек, компаний с друзьями и семей. По всему городу куча мест, где продают вкусный глнтвейн. Загляните в одно из них после прогулки и обязательно отведайте.

Алкогольный или без, на белом вине или красном - выбирайте, что вам

по душе. Сейчас его готовят на основе вишневого или виноградного сока и даже черного или зеленого чая. По классическому рецепту добавляют корицу, гвоздику, лимонную корку, бадьян, мед, имбирь. Также можно использовать фрукты и черный перец - будет еще более пряно.

4. НОГООН САЙ

Это национальный напиток бурят. В переводе с бурятского означает «зеленый чай», или «чай цвета листвы». Его начали пить с XVI - XVII веков, когда чай из Китая через Монголию стал проникать в Бурятию. Сначала напиток употребляли только шаманы, которые проводили обряды, а уже потом он ушел в народ.

Готовят ногоон сай из прессованного зеленого чая, добавляя молоко, соль, масло. Иногда туда же кладут прожаренную муку. Считается, что напиток может заменить обед - очень уж калорийный. В Бурятии весьма суровый климат, и такой чай помогает быстро согреться. Поэтому он и стал популярным. Если отправитесь туда, непременно попробуйте!



Фотобанк Лори

Ни один национальный праздник зимой не обходится без горяченького.

5. УЗВАР

Узвар был известен на Руси еще до XVIII века. Традиционно напиток подавали на Рождество и Крещение. Само название напитка происходит от слова «варить». Основных ингредиентов немного - вода и фрукты с ягодами, иногда к ним добавляли пряные травы, сахар и мед для сладости.

Он чем-то похож на компот, но отличается более насыщенным вкусом и при готовке не теряет полезных веществ, так как ягоды и фрукты не кипятят, а запаривают. А значит, пряный кисло-сладкий напиток не только согреет в зимние холода, но и восполнит дефицит витаминов. В качестве составляющих можно использовать ягоды и фрукты: яблоки, землянику, грушу, вишню, клюкву, терн. Подают его везде в центральной части России.

НАШ САЙТ



SOUZVECHE.RU

СОЮЗНОЕ ВЕЧЕ 12+

Адрес редакции:
127015, Москва, ул. Новодмитровская,
д. 5а, стр. 8.
Тел. в Москве: +7(495) 777-02-82
(доб. 3343)
E-mail: souzveche@souzveche.ru
220013, Минск,
ул. Б. Хмельницкого, д.10а.
Тел. в Минске: +375 173110211
E-mail: infong@sb.by

Главный редактор
Светлана Владимировна КАМЕКА
Первый зам. главного редактора
Лариса Павловна РАКОВСКАЯ
Газета зарегистрирована в Федеральной службе
по надзору за соблюдением законодательства
в сфере массовых коммуникаций
и охраны культурного наследия РФ.
Регистрационный номер
ПИ № ФС 7754482 от 17.06.2013

RU - BY (Россия - Беларусь)

Учредитель:
Парламентское Собрание
Союза Беларуси и России.
Еженедельная газета
Парламентского Собрания Союза
Беларуси и России

Российский выпуск
№ 50 (1025)
8 - 14 ноября 2023 г.

Размещенные в газете материалы не подлежат
использованию другими лицами в какой бы
то ни было форме без разрешения правообладателя.
Приобретение авторских прав:
8 (495) 777-02-82 (доб. 8800)

Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Номер подписан: 7 ноября 2023 г. в 16.00
По графику: 16.00

Отпечатано:
ООО «Типография КомПресс-Москва».
Адрес: Нагорное шоссе, д. 2,
Московская обл., г. Химки, 141407.
Тип. № 6389.

Общий тираж 314 427 экз.
Тираж по РФ 300 000 экз.
Тираж по РБ 14 427 экз.



YouTube
Союзное
вече видео

RU-BY агент