

Все об обычном

ХЛЕБЕ

Хлеб поможет излечить
самые тяжелые недуги,
улучшить общее
самочувствие и
поддержать красоту.

Annotation

«Хлеб всему голова» — эта народная мудрость знакома всем, но далеко не все знают, что хлеб содержит в себе ценнейшие витамины и питательные вещества, благодаря которым является великолепным лекарем и косметологом. Хлеб поможет излечить самые тяжелые недуги, улучшить общее самочувствие и поддержать красоту. Из этой книги вы узнаете много нового и о замечательных кушаньях и напитках, которые можно приготовить из черствого хлеба и сухарей.

- [Иван Дубровин](#)
 - [ВВЕДЕНИЕ](#)
 - [ГЛАВА I. НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК О ХЛЕБЕ](#)
 - [ГЛАВА II. ХЛЕБ КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО](#)
 - [ГЛАВА III. ХЛЕБ В КУЛИНАРИИ](#)
 -
 - [ПЕРВЫЕ БЛЮДА](#)
 - [ВТОРЫЕ БЛЮДА](#)
 - [СЛАДКИЕ БЛЮДА](#)
 - [ПИРОГИ](#)
 - [ПУДИНГИ](#)
 - [ГРЕНКИ](#)
 - [ТОСТЫ](#)
 - [САНДВИЧИ](#)
 - [БУТЕРБРОДЫ](#)
 - [СУХАРИКИ](#)
 - [ХЛЕБНЫЙ КВАС](#)
-

Иван Дубровин
Все об обычном хлебе

ВВЕДЕНИЕ

Хлеб... О нем можно говорить бесконечно!.. Но в повседневной жизни, покупая очередную буханку, мы вряд ли думаем о том, как хлеб «на стол пришел», сколько труда в него вложено...

К сожалению, в настоящее время мы с легкостью относимся к хлебу, не приучаем детей ценить его. Очень часто можно увидеть выброшенный в мусорные бачки черствый хлеб. Конечно, если вам, скажем, срочно пришлось уехать или вы неожиданно заболели, не использованный вовремя хлеб обязательно придет в негодность — позеленеет, заплесневеет так, что его только и останется что выбросить. Но разумно ли выбрасывать вполне пригодные в пищу излишки хлеба, который просто зачерствел?

Считается, что именно черствый хлеб лучше усваивается организмом. А знаете ли вы, что из хлеба можно быстро приготовить многочисленные лекарственные и косметические средства, а также оригинальные блюда?

Да, свежий хлеб, бесспорно, вкуснее. И тем не менее не спешите освободиться от черствого! Прочитав нашу книгу, вы и ему найдете достойное применение.

ГЛАВА I. НАРОДНЫЙ ЛЕЧЕБНИК О ХЛЕБЕ

Хлеб — великолепный лекарь, он содержит удивительно полезные вещества, способные излечить самую тяжелую болезнь. К сожалению, в настоящее время мало кому известно, что когда-то калачи, сайки, караваи широко использовались народными лекарями для исцеления таких недугов как чахотка, цинга, водянка. В сочетании с другими компонентами хлеб без особого труда излечивал болезни горла и желудка, печени и почек. При помощи обыкновенного хлеба люди избавлялись от сердечной недостаточности, нервных болезней, от бессонницы и даже полового бессилия.

Надеемся, что этот перечень далеко не всех болезней, которые способен исцелить обыкновенный хлеб, заставит вас по-настоящему задуматься о его ценности, использовать в дело оставшиеся после еды крошки, черствые кусочки и корочки. Тем более, что издавна бытует мнение о наибольшей полезности хлеба несвежего, черствого, к которому мы почему-то относимся без всякого уважения.

Готовя материал данного раздела, мы обращались как к древним медицинским трактатам, так и к современной научной литературе. Богатые сведения мы почерпнули из бесед с ведущими врачами-диетологами, малоизвестными народными знахарями и, наконец, обыкновенными людьми, которые поведали нам много интересного о целебных свойствах хлеба.

Разумеется, мы не призываем вас совсем отказаться от существующих медицинских препаратов. Наша задача — рассказать вам о том, как можно поправить свое здоровье с помощью обыкновенного хлеба.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ БЕССОННИЦЕ

К сожалению, в настоящее время очень много людей страдают бессонницей. Возможно, причина беспокойного сна в той нестабильной политической и экономической ситуации, которая сложилась в последнее время в России, а может быть, все дело в проблемах личного и общественного характера. Одним словом, не так уж и важно, почему люди плохо спят, важно то, как помочь им полноценно отдыхать хотя бы ночью. Конечно, сейчас существует множество самых разнообразных лекарственных препаратов, помогающих справиться с бессонницей, но они

не так уж и безобидны. Любое лекарство вызывает постепенное привыкание, и с течением времени человек уже не может уснуть без таблетки или укола снотворного.

Мы предлагаем вам самое безобидное средство в борьбе с бессонницей: к нему вы не только не привыкнете, но с помощью этой целебной народной смеси в течение недели забудете о своих проблемах со сном и хорошо отдохнете. Главным компонентом этой смеси является хлеб — продукт, который всегда находится под рукой.

Итак, для приготовления лекарственного народного снадобья тщательно перемешайте размяченные в стакане кислого молока 150–200 г пшеничного или ржаного хлеба с 2 ст. ложками глины и 1 мелко нарезанным свежим или соленым огурцом.

Полученную смесь утром, в обед и перед сном наносите на лоб на 15–20 минут. Во время действия народного снадобья примите лежачее положение.

Процедуру повторяйте каждый день в течение 7 дней, при необходимости лечение повторить через 5–6 дней.

Существует и еще одно целебное средство для борьбы с бессонницей, главным компонентом которого является хлеб. Готовится оно следующим образом: 2–3 луковицы средних размеров пропустите через мясорубку и смешайте с 200 г предварительно смоченного в теплой воде ржаного хлеба. В полученную смесь добавьте капельку растительного масла и все еще раз хорошо перемешайте.

Принимайте лекарственное снадобье перед сном по 2 ст. ложки. Если после ежедневного применения средства в течение 10 дней ваш сон не восстановится, то повторите курс лечения через 3 дня. Приготовленную смесь храните в холодильнике в плотно закрытой посуде.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ГАНГРЕНЕ

Гангрена — очень страшный недуг, который почти всегда ведет к ампутации конечности. Ученые не изобрели пока лекарство от этой болезни, а потому врачи спасают своих пациентов от смерти, удаляя их руки и ноги...

Между тем есть в народе знахари, что верят в действенность такого вот средства: надо взять 300–500 г ржаного хлеба (хлеб обязательно должен быть только что выпеченным), хорошо посыпав солью, тщательно его разжевать. Полученную жеваную массу наложить на больную конечность на 1–2 часа и завязать. Эту процедуру следует повторять как можно чаще, чтобы достигнуть желаемого результата.

Возможно, этот народный способ лечения от гангрены вам покажется

очень странным и вы скептически улыбнетесь. Что ж, ваше право не воспользоваться им. Скажем лишь о том, что в современной медицине все-таки нашлись исследователи, которые, поставив ряд научных опытов, доказали эффективность хлебного средства. Когда ученые поняли это, то решили как бы «облагородить» снадобье, заменив пережевывание каким-либо лекарством, похожим по составу на слюну, но до сей поры им это сделать не удалось. По всей видимости, чудодейственность этого средства заключается в реакции хлеба, соли и слюны.

Данный народный способ борьбы с гангреной очень сильный, он, без сомнения, поможет вам при начальной и даже достаточно серьезной стадии гангрены. Если же при ежедневном, постоянном применении этого средства в течение нескольких дней вы не заметите никаких результатов, то немедленно обратитесь к врачу. Помните, что с гангреной не шутят, а это значит, что как бы ни хорошо было приведенное выше снадобье, оно не дает 100 % результата исцеления, но отказываться от него совсем не стоит. Ведь наши предки излечили при помощи хлебного средства очень и очень многих людей.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ БОРЬБЕ С БОРОДАВКАМИ

Говорят, бородавки появляются и пропадают сами собой, причем зависит этот процесс главным образом от природы или перемены дневного рациона. Так вот: выглянет солнышко или съешь что-нибудь необычное — и бородавки исчезнут сами собой. Но, к сожалению, людям, страдающим этим неприятным недугом, известно, что надеяться на самостоятельное исчезновение бородавок не стоит. Вот и начинают они придумывать разные способы борьбы с ними, тем более, что бородавки имеют корни, а потому обладают способностью размножаться. Конечно, мало кому понравится иметь руки или ноги, усеянные бородавками, а потому кто укусом начнет капать, кто срезать, кто вовсе пытаться выковырять со всеми корнями. Ни один из этих способов не приносит желаемого результата, потому что уничтожить длинные корни бородавок практически невозможно. «Так как же тогда бороться с этим неприятным явлением?» — спросите вы. А вот как. Существует известный в народе, хорошо проверенный временем способ борьбы с бородавками: для его воплощения вам понадобится кусочек свежее испеченного ржаного хлеба и остаток стебля хлебного колоса после того, как хлеб уже скошен. Вырвите с корнем этот колосок и его острием несколько раз проткните бородавки (перед этим их надо намазать смоченным в воде мякишем ржаного хлеба). Оставшийся кусочек ржаного хлеба и колосок закопайте в сыром месте в землю.

Через несколько дней, когда соломинка сгниет, ваши бородавки исчезнут.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ РАНАХ И ПОРЕЗАХ

При долго не заживающих ранах и серьезных порезах очень хорошо помогает народное средство, одним из главных компонентов которого является хлеб.

Размягчите 150–200 г пшеничного хлеба теплой водой и смешайте с таким же количеством нутряного свиного сала. На сковородку капните немного растительного масла и жарьте, постоянно помешивая на слабом огне в течение 15–20 минут. После чего добавьте 0,5–1 стакан молока и кипятите на слабом огне до тех пор, пока смесь не станет похожа на пасту.

Приготовленное целебное снадобье положите толстым слоем на бинт или чистую тряпочку и привяжите к ране или порезу. Сверху наложите тугую повязку. Держите не менее 10 часов.

Через 3–4 подобные процедуры вы почувствуете, как ваши раны станут меньше болеть и начнут затягиваться.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ КАШЛЕ

Кашель сопровождает любое простудное заболевание и является следствием борьбы организма с недугом. Борьба, конечно, борьбой, но приятного в кашле мало, а потому, только начав кашлять, мы сразу бежим в аптеку и покупаем таблетки. Таблетки через некоторое время приносят нам исцеление, но, как говорится, «одно лечим, а другое калечим». Советуем воспользоваться известными народными средствами, в состав которых входит хлеб. Вреда от них никакого, а польза ощутимая.

НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ КАШЛЯ 1

Опустите 50–100 г ржаного хлеба в стакан теплого молока и размягчите его там. Добавьте немного цикория и 100–120 мг очищенного горького миндаля, все тщательно перемешайте.

Принимайте по 3–4 ст. ложки 5–6 раз в день.

Лечение продолжайте до тех пор, пока полностью не избавитесь от кашля.

НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ КАШЛЯ 2

Приготовьте смесь из 30–50 г мягкого пшеничного хлеба, 2 ч. ложек меда и 2 желтков свежих яиц. Приготовленную массу перемешайте с соком редьки средних размеров или моркови.

Принимайте по 1 ч. ложке много раз в день.

НАРОДНОЕ СРЕДСТВО ОТ КАШЛЯ 3

Отрежьте кусок свежее испеченного, еще горячего ржаного хлеба. Опустите его в стакан горячего молока, добавьте 1 ст. ложку меда и все

хорошо перемешайте.

Принимайте горячим 2–3 раза в день. Самый главный прием — перед сном, после которого вам сразу же следует лечь в постель и укрыться теплым одеялом.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ СИЛЬНОЙ ПРОСТУДЕ

В борьбе с серьезной простудой вам поможет обыкновенный мякиш ржаного или пшеничного хлеба. Перед сном хлеб следует разогреть и, покрошив его, заполнить им шерстяные носки.

Это средство будет иметь большой эффект, если сочетать его с компрессом, который готовится по следующему рецепту: смешайте уксус, камфору и прованское масло и пропитайте этой смесью шерстяную материю. Перед тем, как приложить этот компресс к груди, намажьте ткань ржаным хлебом, предварительно размягченным в небольшом количестве горячего молока.

Поставив компресс и надев чулки, сразу же ложитесь в постель.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ОЖОГАХ

При сильных ожогах, конечно, просто необходимо обратиться к врачу, но, к сожалению, не всегда это возможно в короткое время. Случаи бывают разные, и порой судьба забрасывает нас в такие места, что рядом просто-напросто может не оказаться врача, зато ржаной хлеб, мы уверены в этом, раздобыть можно всегда.

Итак, если при ожоге у вас образовались пузыри и волдыри, то вначале проколите их стерилизованной иглой (стерилизовать иглу нужно следующим образом: смажьте ее спиртом и накалите над огнем); на проколотые пузыри и волдыри наложите смоченный в теплой воде ржаной хлеб и забинтуйте обожженную часть тела.

Целебная повязка должна находиться на вашем теле в течение 3–4 дней, менять ее нужно через каждые 8 часов.

После каждой смены повязки вы будете чувствовать значительное улучшение. Пузыри и волдыри срывать по мере заживления не рекомендуется во избежание заражения и сильной боли.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ КУРИНОЙ СЛЕПОТЕ

Куриная слепота — необычное и в то же время сложно поддающееся лечению заболевание. Больной куриной слепотой отчетливо все видит вокруг днем и не различает ровным счетом ничего ночью. В темное время суток он полностью теряет ориентацию.

Куриная слепота возникает в результате недостатка в организме витамина А — следовательно, вылечить ее можно лишь употребляя в пищу продукты, содержащие этот витамин. Витамин А в большом количестве

содержится в рыбьем жире, печенке и пшеничном хлебе. Именно эти продукты больным куриной слепотой рекомендуется употреблять в пищу как можно чаще.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ЗАПОРАХ

При случайных запорах, которые чаще всего происходят вследствие засорения, рекомендуется съесть натошак кусочек ржаного хлеба (ржаного, а не пшеничного!), предварительно капнув на него немного растительного масла.

Если же запоры хронические, что в большинстве случаев является результатом нерегулярного питания, сидячего образа жизни или чрезмерно употребление слабительных средств, то справиться с ними намного труднее. Необходимо постараться изменить образ жизни, а также постепенно прекратить прием слабительного. Но, к сожалению, запоры сразу не исчезнут, если вы даже последуете нашим советам, а потому рекомендуем наряду с изменениями в своей жизни принимать народное хлебное снадобье, проверенное не одним поколением врачей.

Готовится оно следующим образом: встаньте утром и размягчите в 2 стаканах кипятка 100–150 г ржаного хлеба. Добавьте 1 ст. ложку растительного масла и 2 ст. ложки меда. Полученную массу съешьте за 2–3 часа до завтрака.

Подобную процедуру повторяйте до тех пор, пока полностью не избавитесь от запоров.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ТУБЕРКУЛЕЗЕ

Туберкулез — очень тяжелая, трудноизлечимая болезнь, передающаяся в основном по наследству. Когда-то туберкулез излечить было практически невозможно, если, конечно, больной чудом не встречал на своем пути толкового народного лекаря. Сейчас же туберкулез вылечить можно, прибегнув к эффективным медицинским препаратам. А потому, если у вас появились хоть малейшие признаки того, что вы заболели туберкулезом, то немедленно обращайтесь к врачу. Если же ваши жизненные обстоятельства складываются таким образом, что сделать это нет никакой возможности, то воспользуйтесь народными хлебными средствами для борьбы с этим страшным недугом.

СРЕДСТВО 1

Пейте чистый деготь, заедая его куском ржаного хлеба. Одну крупную каплю дегтя разделите на 3 доли и принимайте 3 раза в день.

Делать это следует на протяжении 7 дней, после чего приостановите лечение на 3 дня и повторите его вновь. Процедуру повторяйте до улучшения состояния, до первой возможности обратиться к врачу.

СРЕДСТВО 2

Вместо воды пейте целебный раствор: немного пшеничного хлеба размягчите в 2 стаканах теплой воды и варите на слабом огне в течение часа. Затем отвар процедите и пейте. Принимать нужно по два стакана отвара в день.

Питье чередуйте: один день следует пить чистый отвар пшеничного хлеба, на второй день — отвар пшеничного хлеба с 1 ст. ложкой свежего меда.

Процедуру повторяйте для поддержания общего состояния больного столько времени, сколько потребуется, чтобы добраться до первой больницы.

Помните, что туберкулез — очень сложная болезнь и нужно своевременное обращение к врачу, в противном случае вы запустите ее и вылечиться будет намного сложнее.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ЛИШАЕ

Пшеничный хлеб, содержащий в себе в большом количестве витамин Д, является просто незаменимым лекарством чешуйчатого лишая — псориаза. Это один из самых серьезных лишаев, с трудом поддающийся лечению. Псориаз имеет вид красных больших пятен, покрытых чешуйками. Эти пятна ужасно чешутся и, хоть они незаразны, лишай доставляет много неприятностей заболевшим им людям, тем более, что чешуйчатые пятна появляются вначале на локтях, потом на коленях, затем на затылке и, в конце концов, покрывают все тело.

В начальной стадии, когда псориаз появляется на локтях и коленях, можно воспользоваться известными народными средствами, в состав которых входит пшеничный хлеб.

Для приготовления целебного снадобья, практикуемого знахарями из Восточной Сибири, вам понадобится 150–200 г пшеничного хлеба, 100 г свежего подсолнечного масла и немного шпината. Все это следует тщательно перемешать и принимать по 1–2 ст. ложки 3–4 раза в день.

Подобную процедуру повторяйте вплоть до полного выздоровления.

Существует и еще одно народное снадобье, помогающее больным псориазом. Им пользовались для выведения чешуйчатых пятен великие лекари Украины. Для его приготовления размягчите 100–120 г пшеничного хлеба в теплом молоке, после чего добавьте 2 ст. ложки капустного сока и 1 ст. ложку сока морковного. Все перемешайте и принимайте по 2–3 ст. ложки 3 раза в день за 30 минут до еды.

Наибольшего эффекта в борьбе с лишаем вы достигнете, если одновременно с приемом второго средства будете накладывать на

пораженные чешуйчатыми пятнами участки кожи хлебный компресс, который готовится по следующему рецепту: кусок пшеничного хлеба размягчается в растительном масле. Эта масса накладывается на локти и колени и привязывается. Подобный компресс должен находиться на пораженных участках тела не менее 3 часов. Накладывать его следует как можно чаще.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ БЕСПЛОДИИ

Бесплодие — ужасная болезнь как для женщины, так и для мужчины. Ведь неспособность иметь детей лишает человека какой бы то ни было цели в жизни: перестает радовать удачная карьера, материальный достаток и любимая работа. Очень часто причиной бесплодия становится отсутствие в пище витамина Е, а именно этот витамин просто необходим для сохранения функций половых желез. При его нехватке женщина не может забеременеть, а мужчина не способен иметь детей из-за дегенерации половых желез. Как же восстановить нарушенный баланс в своем организме? Для этого вам просто необходимо есть хлеб, приготовленный из пшеничных отрубей, ведь именно в нем в большом количестве содержится витамин Е.

В борьбе с бесплодием вам также поможет народное средство, проверенное несколькими поколениями знахарей.

Для его приготовления возьмите 100–150 г пшеничного хлеба, выпеченного с добавлением отрубей, 2 желтка свежих яиц, 50–70 г печенки и 50–60 г прованского масла. Хлеб раскрошите, печенку нарежьте мелкими кусочками и смешайте с желтками и маслом.

Приготовленную смесь принимайте по 1–2 ст. ложки 3 раза в день. Курс лечения 10 дней.

При необходимости процедуру повторите через месяц.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ НЕРВНЫХ СЫПЯХ

Нервные сыпи свидетельствует о полном истощении организма человека. Если человек часто нервничает, впадает в депрессию, то его тело вскоре покрывается нервной сыпью. Постарайтесь, по возможности, переносить все свои неудачи и промахи спокойно. Вы можете возразить нам — мол, сказать легко, а сделать куда сложнее. Очень важно уметь философски смотреть на жизнь, воспринимая ее со всеми бедами и радостями. Если вам это с трудом удастся и вы крайне раздражительны, то, возможно, это следствие того, что вы совсем мало едите хлеба.

Помочь вам избавиться от нервных сыпей помогут следующие народные средства:

1. Возьмите 100–150 г свежее испеченного пшеничного хлеба и

раскрошите его в неглубокой чашке, добавьте 2 белка свежих яиц, натертый на терке хрен (2 ст. ложки) и 3 ст. ложки капустного сока. Все перемешайте и принимайте по 2–3 ст. ложки 3 раза в день за 30 минут до еды.

Готовое целебное снадобье храните в холодильнике в плотно закрытой посуде.

2. Покрошите 100–150 г ржаного хлеба, добавьте в него 3 ст. ложки сока репы, 3 яичных белка и 2 ст. ложки мелко накрошенных грецких орехов. Все перемешайте и принимайте как можно чаще по 1 ч. ложке.

Это средство будет наиболее эффективным, если вы одновременно с его приемом будете смазывать сыпь хлебной мазью, которая готовится по следующему рецепту: покрошите в неглубокую чашку 20 г ржаного хлеба и 20–30 г пшеничного хлеба, добавьте 1 яичный белок и 1 ч. ложку капустного сока. Все хорошо перемешайте.

Приготовленные средства храните в холодильнике в плотно закрытой посуде не более 48 часов.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ПРОБЛЕМАХ С ПИЩЕВАРЕНИЕМ

У каждого человека хотя бы раз в жизни возникают проблемы с пищеварением, которые доставляют массу неудобств и хлопот. И здесь вам поможет наш старый друг — ржаной хлеб.

1. Для приготовления целебного снадобья вам понадобится 150 г ржаного хлеба, 2 яичных белка, 0,3 стакана молочной сыворотки и 1 банан средних размеров. Ржаной хлеб следует покрошить, банан порезать на мелкие кусочки и смешать с белком и молочной сывороткой. Полученную смесь принимайте по 2–3 ст. ложки 3 раза в день за 30 минут до еды.

Снадобье принимайте вплоть до полного выздоровления.

2. Возьмите 100 г ржаного хлеба, 30 г устриц, 2 ст. ложки капустного сока и 3 ст. ложки молока. Все хорошо перемешайте и принимайте по 2 ст. ложки 5–6 раз в день через 20 минут после еды.

Храните целебное средство в холодильнике в плотно закрытой посуде.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ЗУБНОЙ БОЛИ

Мы хотим поговорить не об обыкновенной зубной боли, которая является следствием кариеса или выпавшей пломбы, а о боли, которая возникает в результате того, что эмаль трескается. А трескается она чаще всего из-за недостатка в организме человека фтора. Так что же делать, чтобы этого не происходило? Конечно же, употреблять в пищу продукты, содержащие в себе фтор.

Фтор главным образом имеется в ржаном хлебе с тмином. Рекомендуем вам средство, в состав которого наряду с ржаным хлебом с

тмином входят и другие продукты, содержащие в себе фтор.

Смешайте 100–120 г нарезанного на мелкие кусочки ржаного хлеба с 1 яичным белком, 2 ст. ложками истолченных грецких орехов и 1 ст. ложкой сока щавеля. Полученную смесь поставьте в теплое место на 2–3 часа.

Принимайте целебное снадобье по 1 ст. ложке 3 раза в день за 1–2 часа до еды.

Очень хорошо при «трещинах» эмали помогает хлебное полоскание, которое следует проводить не менее 3 раз в день. Для его приготовления размягчите в теплой воде 50 г ржаного хлеба, добавьте 1 ст. ложку капустного сока и 2 ст. ложки огуречного. Все перемешайте.

Полощите рот теплым раствором.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ДЛЯ БОРЬБЫ С ВОДЯНЫМ ЧЕРВЯКОМ

По всей видимости, прочитав название этой подглавки, вы удивитесь, потому что не имеете никакого понятия о водяном червяке. И действительно, в последнее время намного сократились встречи с этим вредителем, может, из-за того, что мы предпочитаем купаться в чистых водоемах.

Но судьба может с легкостью забросить нас в такое местечко, где не окажется чистого водоема, а лишь одна только грязная речушка, в которой нам страсть как захочется искупаться. Конечно, мы можем сейчас привести вам ряд доводов в пользу того, почему этого делать не стоит, но вы вмиг забудете о них, когда окажетесь в жаркий летний денек на берегу лесной прохладной речушки. Вот именно в ней-то и подстерегает вас опасность повстречаться с водяным червяком, которого в народе коротко называют «Волос». Такое название он получил, скорее всего, из-за того, что имеет вид длинного тонкого волоска.

Гнездится волос в пятке, которая через несколько часов после его поселения, начинает сильно болеть, а через несколько дней гнить. Постепенно появляются ранки на пятке, затем на ноге, после чего на всем теле. Причем не успеете вы залечить одну ранку, как сразу же появится другая-третья. Одним словом, справиться с этим червяком, не прибегая к испытанным народным средствам, практически невозможно.

Мы предлагаем вашему вниманию два знахарских способа избавления от волоса, одним из главных компонентов которых является обыкновенный ржаной хлеб.

Итак, если вы установили, что причина появления ранок на ваших пятках — водяной червяк, сразу же смажьте пятки мякишем ржаного хлеба. Затем настругайте хозяйственное мыло в медный тазик с водой и вскипятите мыльный раствор. Не дожидаясь, пока вода остынет, опустите

ноги по самые щиколотки в таз.

Подобную процедуру следует повторять не менее 3 раз в день, держа ноги в тазике 30–40 минут. Не забывайте перед каждым погружением ног тщательно смазать их мякишем ржаного хлеба.

Если же вы поздно спохватились и рана уже большая, то вам следует прибегнуть к следующему народному средству (кроме ржаного хлеба вам понадобится пучок ржаных колосьев без зерен).

Тщательно смажьте рану ржаным хлебом, после чего положите на нее пучок (проделать все это лучше в ванной, где у вас под рукой есть теплая вода). Итак, после того, как вы смазали рану хлебом и положили на нее пучок колосьев, поливайте это место теплой водой в течение 2 часов. Не спорим, процедура эта крайне утомительная, зато результат не заставит себя ждать. Через 2 часа безостановочного полива поднимите колоски к свету — вы заметите, что они обвиты волосом и его потомством. Сожгите этот пучок.

Через некоторое время рана заживет сама собой. Если же этого не случится и вы обнаружите новую ранку, повторите процедуру еще раз.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ РОЖЕ

Рожа — очень тяжелый недуг, в последнее время встречающийся, к счастью, не так уж и часто. Появляется эта болезнь главным образом на лице — наверное, поэтому и носит такое характерное название. Начинается рожа с носа: кожа вокруг него немного опухает, а сам нос резко краснеет. Небольшая опухоль постепенно достигает очень больших размеров, поднимаясь медленно ко лбу. Иногда рожа начинается с затылка, тогда она спускается по задней части шеи. Покрасневшая кожа на лице сильно горит и зудит. Характеризуется рожа и резким ухудшением общего состояния больного. Человека, страдающего этим недугом, вначале сильно знобит, а затем его температура увеличивается до 40 градусов.

Народные знахари на протяжении долгих лет бились над разгадкой тайны рожи, и, в конце концов, в Поволжье были открыты 3 народных средства, помогающих преодолеть эту болезнь.

Средство 1

Возьмите 50–70 г ржаного или пшеничного хлеба и опустите в стакан керосина. Поставьте настаиваться в темное сухое место на 1–2 часа. Затем все перемешайте.

Намочите в целебном настое льняную тряпочку и оставьте на лице на 10–15 минут.

Процедуру повторяйте 2–3 дня по 3–4 раза.

Средство 2

Смажьте лицо намоченным в теплом молоке кусочком ржаного хлеба так, чтобы на лице остались крошки. Затем приложите свежие листья подорожника. Лягте и расслабьтесь. Держите маску 20–25 минут.

Эту процедуру следует повторить в течение 5–6 дней по 3–4 раза.

Средство 3

Это средство может показаться вам странным, но оно проверено временем. Единственная трудность, с которой придется столкнуться, так это то, что вам понадобятся ржаные колосья, которые следует сорвать во время цветения или когда рожь наливаются.

Итак, смажьте свое лицо смоченным в теплой воде кусочком ржаного хлеба, после чего возьмите три колоса ржи и обведите ими больное место 3 раза. Затем бросьте эти колосья в огонь. В этот день ваша болезнь приостановится.

На другой день повторите ту же самую процедуру (желательно в то же время) и спустя 1–2 часа вы заметите, что больное место значительно побледнеет.

На третий день подобной процедуры болезнь должна отступить.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ПОКРАСНЕНИИ НОСА

«Красный нос» — болезнь, которая поражает в основном нос пьяниц. Вам, наверное, не раз приходилось встречаться с такими людьми на своем пути, ибо на них сразу же обратишь внимание. Но что делать, если вы не злоупотребляете алкоголем, а ваш нос покраснел? Существует народное средство и от такой неприятности.

Небольшой кусочек ржаного хлеба размягчите в теплом молоке. Затем натрите на терке сырую картошку и смешайте ее с хлебом. Полученную смесь нанесите на нос, повязку закрепите пластырем.

Данную процедуру лучше всего проделывать на ночь.

Курс лечения 10 дней, при необходимости повторите его через 3–4 дня.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ОЖИРЕНИИ

Прочитав название этой подглавки, вы, наверное, улыбнулись. И мы вполне можем понять вас. Да, в тучности почти всегда винят мучные изделия и, главным образом, хлеб. Давайте попробуем разобраться, такую ли большую роль играет хлеб при ожирении, как ему приписывают.

Главными причинами избыточного веса считаются наследственная предрасположенность к тучности, неподвижный образ жизни и только в последнюю очередь — неправильное питание. Так что, может вначале хорошенько подумать над тем, в чем причина вашего ожирения, а уже потом винить во всем хлеб, тем более, что ржаной хлеб и сухари нисколько

не способствуют отложению лишнего жира. Но их нужно употреблять в умеренном количестве и не сочетать с яйцами и мясом.

А сейчас мы предлагаем вам одно народное средство, которое включает в себя ржаной хлеб, оно поможет вам поддержать тонус во время отказа от свежего хлеба.

Возьмите 50–70 г ржаного хлеба и размягчите его в стакане теплого молока. Эту массу принимайте 2–3 раза в день.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ПРОРЕЗЫВАНИИ ЗУБОВ У РЕБЕНКА

Хорошо известно, что нормальным является прорезывание зубов в полгода. И более раннее, и более позднее появление зубов ни о чем хорошем не говорит. Так, если зубки прорезались раньше шести месяцев, то это указывает на то, что организм ребенка развивается слишком быстро и его мозг предрасположен к серьезным заболеваниям. Если же зубки прорезались позже шести месяцев, то это говорит о слабости и болезненности ребенка.

Почти всегда прорезывание зубов у ребенка сопровождается сильной болью, припухлостью десен, иногда расстройством желудка и высокой температурой.

Помочь ребенку пережить этот нелегкий период поможет обыкновенный ржаной хлеб.

Давайте как можно чаще ребенку корочку ржаного хлеба, он сразу же будет тянуть ее в рот, массировать свои десны, чем уменьшит боль.

Существует также ряд народных снадобий, включающих в свой состав хлеб и помогающий облегчить процесс прорезывания зубов у ребенка.

Для приготовления первого снадобья возьмите 50–70 г ржаного хлеба и опустите его в 0,5 стакана теплого молока. Затем добавьте 1 ч. ложку сока лимона и 1 ч. ложку мелко накрошенного корня фиалки. Все хорошо перемешайте и поставьте в теплое место на 20–30 минут. Целебное снадобье давайте ребенку 5–6 раз в день.

Второе снадобье очень сильное, а потому давать ребенку его следует при сильных болях или зуде десен. 50 г ржаного хлеба раскрошите и положите в неглубокую чашку. Затем добавьте 0,5 ч. ложки растительного масла, 1 ч. ложку капустного сока и 0,5 ч. ложки мелко накрошенных грецких орехов. Помешайте. Полученную массу поставьте в холодильник и доставайте из него при необходимости, но ни в коем случае не давайте ее ребенку холодной: обязательно подогрейте.

Существует и еще одно народное средство, помогающее ребенку пережить трудный период прорезывания зубов. Для его приготовления возьмите 20–30 г сухарей из ржаного хлеба, опустите в небольшое

количество теплой воды. Помешайте и добавьте 1 ч. ложку сока лимона, 1 ч. ложку морковного сока и 1 каплю растительного масла.

Все хорошо перемешайте и давайте ребенку 2 раза в день через 15–20 минут после еды вплоть до полного появления зубов.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ОЖОГАХ, РАНЕНИЯХ И ЗУДЯЩИХ, БОЛЕЗНЕННЫХ ВОСПАЛЕНИЯХ

Существует народное средство, помогающее при всех этих недугах. Пришло оно к нам из глухой деревеньки на Енисее. Говорят, что раньше в ней жил великий знахарь, обладающий даром излечить каждого от любой болезни...

В состав этого снадобья входят ржаной хлеб и отруби. Для жителей деревень эти 2 компонента найти не составляет большого труда, а потому, наверное, и пользуется это средство особой популярностью.

Итак, для начала вам следует заполнить ванну горячей водой, причем заполняется она ровно настолько, чтобы вода покрывала все больные места. Если у вас зудящие воспаления по всей коже, то вам следует набрать целую ванну, если ожоги нижней части туловища, то — половину, а если ранение на щиколотке, то — совсем немного воды. Для первой ванны вам потребуется 1,5 кг отрубей, для второй — 3/4 кг, для третьей — 1,4 кг.

Пока ванна наполняется, отправляйтесь на кухню, растворите указанное количество отрубей в холодной воде и варите на слабом огне в течение 5–7 минут. Пока отруби варятся, порежьте на мелкие кусочки буханку ржаного хлеба, залейте теплой водой. Затем и отвар отрубей, и хлебную массу опустите в ванну. Все хорошо перемешайте.

Принимайте ванну в течение 15–30 минут перед сном до полного исцеления.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ БОЛИ В УШАХ

Сильная боль в ушах лишает человека на долгое время способности к каким-либо действиям. Болезнь иногда бывает настолько серьезной, что человек становится глухим.

Мы предлагаем вам несколько знахарских рецептов, которые помогут избавиться от боли в ушах.

Первое средство очень сильное, к помощи оно даже тогда, когда после боли в ушах возникает глухота. Иногда с ней не могут справиться даже ведущие специалисты, зато знахари предлагают великолепный способ начать слышать вновь.

Вам понадобится кусочек ржаного хлеба и большой лист толстой бумаги.

Хлеб смочите теплой водой и смажьте им область вокруг ушей и

мочки. Затем сверните лист бумаги кулечком и вставьте его узкий конец в ухо больного человека. Другой конец так называемого кулечка подожгите. Когда бумага обгорит почти полностью, выбейте легким ударом руки конец воронки из уха больного. Эту самую процедуру повторите со вторым ухом.

Существует и еще одно народное средство, которое дает наибольший эффект, если начать принимать его сразу же, как только начнут болеть уши. Возьмите 50–70 г пшеничного или ржаного хлеба и опустите в стакан молока. Добавьте 5–7 неспелых, зеленых головок мака. Все хорошо перемешайте и варите на слабом огне 30–40 минут. Затем немного остудите, процедите и промойте теплым отваром больные уши.

Процедуру повторяйте 3–4 раза в день, причем после промывания ушей не выходите в холодное место в течение часа, в противном случае лечение не даст желаемого результата.

Приведенные выше средства просто незаменимы в том случае, когда ушная боль является следствием простуды. Ну, а если боль в ушах возникла по какой-либо другой причине, то вам поможет еще одно народное средство.

Стакан молока доведите до кипения на слабом огне. Добавьте 2 ч. ложки конопляного масла и 2–3 сухаря из ржаного хлеба с отрубями и еще раз все доведите до кипения.

Затем готовый отвар процедите, немного остудите и промывайте им уши 2 раза в день: утром и вечером.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ БОЛЕЗНЯХ ПЕЧЕНИ

Болезнь печени — очень серьезный и, к сожалению, трудноизлечимый недуг. Больному человеку нельзя употреблять те или иные продукты, пить спиртное, а зачастую и делать резкие движения. Даже если иногда и удастся излечиться от болезни печени, что стоит, увы, недешево, то это совсем не значит, что бывший больной может без проблем есть острое или пить стаканами пиво...

Существует несколько знахарских способов, которые помогут вам вылечить печень. Их компонентами являются недорогие и, в основном, легкодоступные продукты.

Начнем с самого легкого средства, которое нужно употреблять регулярно и очень долго, чтобы достигнуть желаемого результата.

Готовится оно следующим образом: на дно литровой банки положите кусочек свежее испеченного хлеба с отрубями и залейте стаканом капустного рассола. Помешайте и поставьте в теплое место на 30–40 минут.

Целебное снадобье пейте по 1 стакану 3 раза в день после еды.

Заметим, что даже самое хорошее народное средство от болезней печени не даст желаемого результата в короткое время, как, впрочем, и любые медицинские препараты, а потому вам следует проявлять недюжинное терпение в борьбе со своим недугом. Приведенный ниже рецепт целебного снадобья принесет положительный результат лишь через 5–6 месяцев после регулярного его приема.

Здесь помимо ржаного хлеба с отрубями вам понадобятся кукурузные волокна, причем они должны быть собраны со спелого плода, в противном случае лечение не принесет никакого исцеления и даже улучшения самочувствия. Итак, в конце августа, когда кукуруза уже достаточно спелая и ее волокна обладают целебными свойствами, заготовьте их впрок — высушите и сложите в льняной мешочек.

Каждый день доставайте немного кукурузных волокон и заливайте их стаканом кипятка и, закрыв крышкой, ставьте в теплое место на 10–15 минут. Принимать лекарственный настой лучше всего после еды вместе со ржаным хлебом с отрубями.

Очень часто болезнь печени сопровождается сильными болями, а порой и опухолью. Такие явления случаются, конечно, не сразу, а лишь при последних стадиях болезни. Избавиться от болей в печени и даже приостановить распространение опухоли вам поможет еще одно народное средство.

Хорошо перемешайте 1/4 стакана прованского масла с таким же количеством сока грейпфрута. В полученную смесь добавьте 5–6 ржаных сухарей с отрубями и поставьте в теплое место на 30–40 минут. По истечении этого времени разомните сухари, все перемешайте и процедите.

Затем сделайте клизму для того, чтобы прочистить желудок, (это обязательно нужно делать через 2 часа после еды) и примите целебное снадобье. После чего ложитесь спать на правый бок. Когда проснетесь, снова сделайте клизму.

Процедуру эту лучше всего делать на ночь. Подобное лечение можно проводить по мере надобности через каждые 4–5 дней.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ПОНОСЕ

Очень часто многие люди страдают расстройством желудка. В основном этот недуг «посещает» нас в летнее время, когда много овощей, фруктов, ягод. Особенно опасен понос для детей, слабый организм которых практически не может самостоятельно справиться с этим неприятным явлением. Знахари при поносе у детей рекомендуют следующее народное средство.

Возьмите 1 ст. ложку риса и залейте ее 4–5 стаканами воды. Поставьте на слабый огонь и кипятите в течение 40–50 минут. По истечении этого времени в горячий рисовый отвар положите небольшой кусочек пшеничного хлеба и, плотно закрыв крышкой, поставьте его в теплое место на 20 минут. Затем целебное снадобье процедите, еще немного остудите и давайте по 1/3 стакана каждые 2 часа.

Взрослым в борьбе с поносом помогут следующие народные снадобья:

1. Для приготовления очень сильного средства, которое в течение 1–2 дней способно решить все ваши проблемы, вам потребуется 50 г ржаного хлеба и кожица куриного желудка. Так что, когда будете обрабатывать желудки, не выбрасывайте кожицу, а хорошо очистите и высушите. При поносе измельчите кожицу и смешайте с накрошенным хлебом. Полученную массу принимайте по 1 ч. ложке 2 раза в день.

2. Возьмите 150 г грецких орехов, наколите их и выньте перегородки (именно они, а не ядра потребуются нам для приготовления лечебного снадобья). Эти перегородки опустите в 200–250 г чистого (лучше медицинского) спирта и поставьте на 2–3 дня в теплое место. Добавьте в настой 70–80 г порезанного на кусочки пшеничного хлеба и поставьте в теплое место еще на 3–5 часов. Приготовленное снадобье процедите и принимайте по 10 капель на 0,5 стакана теплой воды.

При сильном поносе настой принимайте 3–4 раза в день, постепенно снижая дозу.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ПРОБЛЕМАХ С МЕНСТРУАЦИЯМИ

Счастлива та женщина, у которой нет никаких проблем с менструациями. Но, к сожалению, чаще всего женщины один раз в месяц испытывают массу неудобств, сильные боли, головокружение. Раньше девочкам и женщинам внушали, что такова женская доля и ничего с этим не поделаешь: надо терпеть. И лишь народные знахари всегда стремились облегчить участь женщины, изобретая разные народные средства, способные восстановить менструальный цикл, помочь при длительных и скудных менструациях и устранить боль, которая порой бывает настолько сильной, что женщина на несколько дней лишается всякой способности вести нормальную жизнь.

Мы приведем несколько рецептов народных средств, которые помогут вам решить ваши проблемы.

Народное снадобье, помогающее при обильных менструациях

Очень часто менструации настолько сильны, что, когда они заканчиваются, женщина чувствует себя очень слабой и все потому, что в течение нескольких дней она теряет намного больше крови, чем ей

предназначено природой. При обильных менструациях очень хорошо помогает народное снадобье, рекомендуемое знахарями Восточной Сибири.

Для его приготовления вам потребуется 50-100 г ржаного хлеба с отрубями и 1 ст. ложка полевого хвоща. В кастрюльку положите полевой хвощ, кусочек хлеба и налейте 1 литр воды. Варите на слабом огне в течение 20–30 минут. По истечении этого времени целебный отвар процедите и принимайте по 1 ст. ложке каждые 2–3 часа. По мере уменьшения менструаций снижайте и дозу целебного отвара до его приема по 1 ст. ложке 3 раза в день.

Снадобье, помогающее при болях во время менструации

Иногда у женщин во время менструаций очень сильно болит низ живота. Здесь могут помочь пшеничный хлеб и корень черныбыльника, который вы можете приобрести в любой аптеке.

Итак, для приготовления целебного снадобья возьмите 5 корешков черныбыльника и порежьте на мелкие кусочки. Смешайте их с покрошенным пшеничным хлебом (его потребуется 100–120 г). Полученную смесь залейте 8-10 стаканами кипятка и варите на медленном огне в течение 10–15 минут. Затем готовое снадобье процедите и принимайте по 0,5 стакана 2 раза в день.

По мере исчезновения болей дозу принимаемого средства уменьшите до 1/3 стакана 1 раз в день.

Народное средство, помогающее при длительных менструациях

Нормальный менструальный цикл должен длиться 3–7 дней, но, к сожалению, это не всегда так. Очень часто приходится слышать жалобы женщин, менструальный цикл которых иногда равен двум неделям, а иногда не прекращается вовсе. Этим женщинам, конечно же, необходимо срочно обратиться к гинекологу. Если же по какой-либо причине они не могут этого сделать, то рекомендуем тотчас приготовить и принимать народное средство, способное помочь остановить менструации, тем более, что ржаной хлеб, спирт и лекарственную траву спорынью приобрести не составит большого труда.

Возьмите 30–35 г спорыньи и измельчите ее, после чего смешайте с накрошенным кусочком (весом приблизительно 30–50 г) ржаного хлеба. Приготовленную смесь залейте чистым (медицинским) спиртом (50–70 г) и поставьте в плотно закрытой посуде настаиваться. Через 7 дней целебная настойка будет полностью готова к употреблению.

Принимать снадобье следует по 10 капель 2 раза в день: утром и вечером, предварительно разведя их в теплой воде (0,5 стакана). Если в

течение 5 дней регулярного приема астойки менструации не прекратятся, то увеличьте дозу на 10 капель. В особо тяжелых случаях принимаемую дозу можно повышать до 70 капель, разводя их в стакане теплой воды.

Средство, помогающее при скудных менструациях или вообще при их отсутствии

Настало время поговорить об еще одной проблеме — об отсутствии менструаций. Нет, об их отсутствии вовсе не по причине беременности, как подумали многие из вас, а совсем по другим причинам. Таким женщинам тоже не позавидуешь, ведь длительный перерыв между менструациями (порой он достигает 3 лет) легко может привести к бесплодию, что очень страшно для любой женщины, мечтающей стать матерью. Скудные менструации также никоим образом не свидетельствуют о здоровье женщины.

Так что же предпринять в подобных случаях?

Народные лекари советуют опять же обратиться за помощью к нашему старому другу — хлебу, который в смеси с лекарственной травой рутой не только вызовет менструацию, но и восстановит цикл.

Для приготовления целебного снадобья возьмите 20 г ржаного хлеба с отрубями и покрошите его. Затем налейте в кастрюлю 1,5 стакана воды и доведите ее до кипения. Убавьте огонь, чтобы вода перестала кипеть, и положите в нее хлеб и 4 г руты. Постоянно помешивая, варите на медленном огне в течение 20–30 минут.

Готовый целебный отвар процедите и выпейте с самого утра натощак. После приема снадобья рекомендуется не есть еще 6–7 часов. Если после приема такого лекарства менструация не начнется в течение 3 дней, то повторите лечение.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ИКОТЕ

О том, что такое икота, рассказывать вам, конечно, не надо, поскольку каждый человек хоть раз в жизни сталкивался с этим явлением. Говорят, что когда человек икает, его кто-то вспоминает. Так ли это? Вполне возможно. Но очень часто икота бывает совсем по другой причине: из-за проблем с пищеварением. Длительная икота выматывает человека, лишая его обычных радостей и доставляя одни лишь неприятности. В книгу рекордов Гинесса занесен человек, который икал на протяжении нескольких десятков лет. В книге отмечается, что никто не смог помочь ему справиться с икотой, но, к сожалению, ничего не сказано о том, пробовал ли этот человек воспользоваться народными средствами. Есть среди них необыкновенно простое и действенное.

Простота этого средства заключается в том, что его не надо готовить:

вам поможет обыкновенная корочка ржаного или пшеничного хлеба. Эту корочку следует сосать в течение 5-10 минут, после чего надо сделать несколько глотков холодной воды. Икота должна прекратиться через 2–3 минуты.

Второе средство от икоты следует приготовить, но сделать это совсем нетрудно, потому что все его компоненты находятся всегда под рукой.

Возьмите 10–20 г ржаного хлеба с отрубями, 1 ч. ложку горчицы и 1 ч. ложку уксуса. Хлеб покрошите и смешайте с горчицей и уксусом. Приготовленной массой смажьте 1/3 языка и подождите в течение 2–3 минут. Затем рот прополощите теплой водой.

Это средство очень сильное: ваша икота прекратится в течение 1–5 минут.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ ЧЕСОТКЕ

К счастью, чесотка в настоящее время встречается не так часто, как раньше. И это вполне объяснимо, ведь чесотка — болезнь, основной причиной которой является грязь. Заразиться чесоткой можно от соприкосновения с больным или от ношения его одежды. Надеемся, что вы хорошо соблюдаете гигиену и не общаетесь с больными чесоткой людьми. Но как говорится, чего только в жизни не бывает, а потому вам очень полезно знать основные признаки этого заболевания и народные средства борьбы с ним, тем более, что вылечивается чесотка не так уж легко, как может показаться на первый взгляд.

Основным признаками чесотки являются маленькие красные пузырьки, которые очень сильно чешутся. Эти пузырьки наполнены жидкостью и доставляют массу хлопот больному.

Вылечиться от чесотки можно, прибегнув к помощи знахарских средств, дошедших до нас из далеких времен.

1. Смешайте 30 г пшеничного хлеба, 1 ч. ложку дегтя и взятые в одинаковых количествах, примерно по 1/5 ст. ложки, смалец (его надо растопить), серу и зеленое мыло. Приготовленную мазь втирайте в кожу.

Данную процедуру следует проводить 2 раза в день: утром и вечером вплоть до полного выздоровления.

2. Смешайте 1 ч. ложку скипидара, 2 ч. ложки крошек ржаного хлеба, 2 ст. ложки смальца. Этой смесью смазывайте покрытые чешущимися водяными пузырьками места.

Процедуру повторяйте 2–3 раза в день до тех пор, пока пузырьки не исчезнут.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ СИЛЬНОЙ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

С головной болью, к сожалению, знакомы все. Вряд ли во всем мире

найдется хоть один человек, который скажет, что у него ни разу в жизни не болела голова. В последнее время все больше людей стало страдать мигренью, причины которой, скорее всего, кроются в нестабильной политической и экономической ситуации в стране...

Головную боль, пожалуй, единственную из всех существующих на земле болей, терпеть нельзя ни в коем случае: это очень вредно. При первых же признаках мигрени немедленно воспользуйтесь одним из народных знахарских средств.

1. Возьмите 50 г свежего ржаного хлеба, яйцо и стакан молока. Хлеб раскрошите и положите в большую чашку (размером больше стакана), добавьте сырое яйцо. Залейте смесь стаканом горячего молока, все хорошо размешайте и быстро выпейте. Это целебное снадобье рекомендуется принимать как при временных, так и при постоянных головных болях.

2. Смажьте смоченным в воде пшеничным хлебом виски и пространство за ушами. Затем положите на эти места листья кислой капусты и обвяжите голову полотенцем. Повязку не снимайте в течение 30–40 минут — боль постепенно начнет стихать.

3. Сок лука (2–3 ст. ложки) смешайте с 1 ч. ложкой раскрошенных сухарей, приготовленных из ржаного хлеба. Приготовленной смесью смочите небольшую тряпочку и положите ее в ухо.

Процедура должна длиться столько времени, сколько нужно для улучшения самочувствия.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ

Сахарный диабет является очень серьезной и практически неизлечимой болезнью. Действительно, лекарство от этого недуга до сей поры, несмотря на все попытки ведущих врачей, еще не найдено.

Больной сахарным диабетом очень слаб. Кроме того этот человек из-за повышенного содержания сахара в крови лишен удовольствия есть очень многие блюда. Такие люди находятся под постоянным наблюдением врача, который следит за их общим самочувствием и контролирует уровень сахара. Но, к сожалению, несмотря на постоянный контроль специалистов и тщательное соблюдение диеты больным, содержание сахара в крови иногда повышается.

Для снижения уровня сахара, а, следовательно, для улучшения самочувствия больного народные лекари рекомендуют использовать целебные снадобья, главным компонентом которых являются ржаной хлеб с отрубями и лекарственные травы.

Готовятся эти целебные препараты по следующим рецептам:

1. Смешайте взятые в одинаковых количествах (примерно по 1 ст.

ложке) листья черники и крапивы двудомной, траву галеги лекарственной с 2 ст. ложками крошек ржаного хлеба. Полученную смесь залейте 1 литром горячей воды и кипятите на слабом огне 15 минут. Процедите и принимайте по 2 ст. ложки 3–4 раза в день за 20 минут до еды.

2. Возьмите 2 ст. ложки крошек ржаного хлеба с отрубями и смешайте с взятыми по 1 ст. ложке листьями черники, крапивы двудомной и травы зверобоя продырявленного. Приготовленную смесь залейте 1 литром горячей воды и кипятите на слабом огне 5 минут. Процедите и поставьте в теплое место на 15–20 минут.

Принимайте целебное снадобье по 0,5 стакана 2–3 раза в день за 20 минут до еды.

3. Тщательно перемешайте 5–6 раскрошенных маленьких сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, и взятые по 1 дес. ложке листья одуванчика лекарственного, шелковицы белой, черники и первоцвета лекарственного. Полученную смесь залейте 1 литром горячей воды и кипятите 5 минут. Затем поставьте в темное теплое место на 15–20 минут.

Целебное снадобье процедите и пейте по 1/2 стакана за 20 минут до еды 3 раза в день.

4. Возьмите по 1 ст. ложке листьев черники и шелковицы, травы галеги лекарственной и горца птичьего. Лекарственные травы смешайте с 2 ч. ложками размягченного в теплой воде ржаного хлеба с отрубями. Приготовленную массу залейте 1 литром горячей воды и кипятите на слабом огне 3–5 минут. Раствор настаивайте в течение 15–20 минут, после чего процедите.

Принимайте снадобье по 1/3 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

5. Смешайте 2 ст. ложки измельченных ржаных сухарей с взятыми по 1 ст. ложке листьями черники, брусники, травы горца птичьего и зверобоя продырявленного. Полученную массу залейте 1 литром горячей воды и кипятите 5–7 минут.

Раствор настаивайте в течение 15–20 минут в теплом месте, после чего процедите и принимайте по 0,5 стакана 2–3 раза в день за 20 минут до еды.

Все эти снадобья следует принимать до снижения содержания сахара в крови и улучшения состояния больного.

ПРИМЕНЕНИЕ ХЛЕБА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ СОБАК И ЛОШАДЕЙ

Если у вас хоть раз в жизни была собака, то вы, конечно, знаете, как часто щенки не доживают и до 6–7 месяцев. От непонятных болезней они как-то резко начинают чахнуть и, в конце концов, умирают. Для хозяина кончина любимого щенка всегда трагедия, особенно переживают смерть

любимца дети, которые успевают привыкнуть к щенку за полгода.

Ваш щенок ни в коем случае не погибнет, если вы позаботитесь о его здоровье следующим образом: в течение 2–3 недель будете ежедневно давать ему кусочек ржаного хлеба, предварительно посыпав его 65–70 мг самородной серы. Курс лечения следует повторять с промежутками 10–15 дней вплоть до достижения щенком 7-8-месячного возраста. Если щенок будет упорно отказываться от приема кусочка ржаного хлеба с самородной серой, то прибегните к хитрости — приготовьте целебное снадобье. Размочите в стакане теплого молока кусочек ржаного хлеба и добавьте 70 мг самородной серы. Все смешайте и добавьте щенку. Можете быть уверены, что от такого кушанья он не откажется.

Хлеб народные лекари широко применяют также для лечения лошадей. И хотя в последнее время люди стали все меньше нуждаться в услугах этих красивых благородных животных, все-таки не надо забывать о том, сколько радости они нам доставляли, доставляют и будут доставлять. К сожалению, в последнее время лошади стали все чаще болеть какой-то неизвестной болезнью: на их коже выскакивают шишки огромных размеров, которые по прошествии некоторого времени лопаются и сильно кровоточат. Ветеринары сбились с ног, разыскивая лекарство от этой болезни, но, к сожалению, им даже в голову не приходит воспользоваться для лечения лошадей обыкновенным ржаным хлебом, предварительно посыпанным 1 чайной ложкой самородной серы. Такой целебный кусочек следует давать лошади каждый день вплоть до полного ее выздоровления.

ГЛАВА II. ХЛЕБ КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО

Как много денег мы тратим порой на то, чтобы приобрести дорогостоящие косметические средства для ухода за кожей лица, рук, ног, за волосами!..

В наш салон красоты очень часто обращаются люди, состояние кожи лица которых, рук, ног или волос, прямо скажем, оставляет желать лучшего. Какими бы средствами они ни пользовались, им никак не удавалось достигнуть положительного эффекта. Таким клиентам мы советуем использовать то, что выдержало испытание временем — приготовить по старинным народным рецептам хлебные маски. Можете поверить, что результат оказывается впечатляющим.

Обыкновенный хлеб в сочетании с другими компонентами способен разгладить морщины, избавить от угрей, пигментных пятен, веснушек, дать силу уставшим ногам и, наконец, сделать блестящими, густыми и здоровыми тонкие, безжизненные волосы.

Предлагаемые ниже рецепты косметических средств очень просты в изготовлении и применении и приносят поистине удивительные результаты в короткое время.

ХЛЕБ КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ УХОДА ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА

«За своим лицом надо ухаживать», — это простую истину мы готовы повторять снова и снова, ведь лицо — это визитная карточка человека. Какими бы великолепными деловыми или профессиональными качествами вы ни обладали, вам трудно будет расположить к себе людей, если у вас, скажем, проблемная кожа...

ХЛЕБНЫЕ МАСКИ ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Жирная кожа — явление мало приятное. И действительно, кому хочется иметь постоянно лоснящееся лицо, то и дело его припудривать, дабы кто-нибудь не заметил, что оно почему-то ужасно сверкает, как будто минуту назад его смазали нутряным салом?...

За такой кожей следует тщательно ухаживать. Попробуйте приготовить хлебные маски.

Хлебная маска «Лучик солнца»

Эту маску рекомендуется накладывать на лицо каждое утро, чтобы

день прошел без хлопот из-за подпортившегося макияжа. Если вы не поленитесь и нанесете маску «Лучик солнца» рано поутру, то в течение дня вы можете заниматься своими делами, совсем не беспокоясь о своем лице. При регулярном использовании этой маски жирность кожи сводится к минимуму.

Итак, размягчите 50–70 г ржаного хлеба в небольшом количестве теплого молока и смешайте с 1 чайной ложкой свежего меда. Полученную смесь нанесите на свое лицо на 15–20 минут, после чего смойте ее холодной водой. По истечении еще 15–20 минут можете накладывать макияж.

Данную маску следует наносить ежедневно, чтобы как можно быстрее достигнуть желаемого результата.

Хлебная маска «Дуновение ветерка»

Хлебная маска с таким удивительным названием предназначена для людей, которые уже совсем отчаялись уменьшить жирность кожи своего лица.

Для приготовления этой удивительной маски вам потребуется 2 чайные ложки толченых сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, 2 ст. ложки розовой воды, 1 чайная ложка меда и 3–4 капли растительного масла. Все хорошо перемешайте и нанесите на предварительно очищенное лицо на 30–40 минут.

Во время действия маски рекомендуется лежать или сидеть, полностью расслабившись.

Данную процедуру следует повторять регулярно 2–3 раза в неделю.

Хлебная маска «От морщин»

Для приготовления данной маски вам потребуется 50–60 г свежего пшеничного хлеба, 1 чайная ложка капустного сока, 0,5 чайной ложки морковного сока, 1 чайная ложка свежего меда и взбитый яичный белок. Все тщательно перемешайте. Приготовленную массу поместите в плотно закрывающуюся посуду и поставьте в темное место на 1,5–2 часа.

По истечении этого времени нанесите маску на лицо на 20–30 минут. Во время действия маски накройте лицо полотенцем или бумажной салфеткой.

Процедуру повторяйте 3–4 раза в неделю перед сном.

ХЛЕБНЫЕ МАСКИ ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Чрезмерная сухость кожи лица, к сожалению, встречается не так уж и редко, как кажется. Если у вас именно такая кожа, то вам, конечно же, знакомо неприятное ощущение стянутости, от которого очень хочется избавиться. Вам помогут хлебные маски.

Одна из них называется «Визит к царице». Дело в том, что рецепт этой маски пришел к нам из глубины веков. Горничная одной русской царицы (во избежание пересудов не будем называть ее имени) однажды приготовила для своей госпожи средство, способное смягчить доставляющую ей беспокойство очень сухую кожу. Горничная обрела милость госпожи и жила до самой старости под ее покровительством.

Хлебная маска «Визит к царице»

Возьмите 50 г ржаного хлеба, 1 ст. ложку розовой воды и 2 ст. ложки миндального масла. Все перемешайте и поставьте в темное место на 30–40 минут. Готовую маску нанесите на лицо на 40–50 минут, затем смойте теплой водой.

Процедуру повторяйте 1–2 раза в неделю.

Хлебная маска «Во имя любви»

При регулярном использовании этой маски ваше лицо долго будет молодым и привлекательным.

Небольшой кусочек ржаного или пшеничного хлеба покрошите и смешайте со взбитым яичным желтком. Полученную массу наложите на лицо на 15–20 минут. По истечении этого времени смойте маску теплой водой без мыла.

Хлебная маска «Принцесса на горошине»

Хлебная маска с таким прекрасным названием поможет вам в короткое время избавиться от такого неприятного явления на коже лица как пигментные пятна.

2 чайные ложки толченых сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, смешайте с 3 ст. ложками свежего (лучше парного) молока и 1 ст. ложкой спирта. Полученную массу нанесите на лицо на 20–30 минут, после чего смойте ее теплой водой.

Процедуру повторяйте 4–5 раз в неделю вплоть до полного исчезновения пигментных пятен.

Хлебная маска «Свет мой, зеркальце, скажи...»

Хлебная маска со сказочным названием поможет вам уменьшить количество морщин, которые появляются на сухой коже лица, к сожалению, намного раньше, чем на нормальной или жирной.

Для ее приготовления возьмите 70–80 г пшеничного хлеба, 1 яйцо, 2 ст. ложки морковного сока и 1 чайную ложку лимонного сока. Пшеничный хлеб покрошите и смешайте с другими компонентами маски. Приготовленную смесь нанесите на предварительно очищенное лицо массажными движениями. Через 15–20 минут маску смойте теплой водой.

ХЛЕБНЫЕ МАСКИ ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ

Хлебная маска «Незабываемое свидание»

Маска с таким прекрасным названием действительно поможет сделать ваше свидание незабываемым и все потому, что она обладает удивительной способностью в короткое время смягчить кожу лица, сделав ее нежной и благоухающей. Эта маска хороша еще и тем, что буквально через несколько минут после ее удаления с кожи лица можно наносить любой макияж.

Для приготовления маски «Незабываемое свидание» вам потребуется 2 чайные ложки покрошенных сухарей, приготовленных из пшеничного хлеба, 1 ст. ложка розового масла и 1 взбитый в пену яичный белок. Все хорошо перемешайте и поставьте в теплое место на 10–15 минут. Готовую маску накладывайте на предварительно очищенное лицо.

Время действия маски — 15–20 минут, затем смойте ее теплой водой и через 10–12 минут смело наносите макияж.

Приятного вам свидания!

Хлебная маска «Далекое путешествие»

Скорее всего, эта маска носит такое название потому, что она не только действует на протяжении долгого времени, но и хранится при любой температуре, а в связи со всем этим данная хлебная маска больше, чем какая-либо другая подходит для того, чтобы взять ее с собой в далекое путешествие.

Итак, возьмите 50–70 г свежее испеченного ржаного хлеба и, покрошив его на кусочки, опустите на дно бутылки. Порежьте туда тонкими ломтиками огурцы. Налейте 0,5 литра разведенного медицинского спирта или качественной водки. Бутылку хорошо встряхните и поставьте в теплое место (лучше всего на солнце) на 14–18 дней. По истечении этого времени протирайте лицо приготовленным раствором при помощи ватного тампона по возможности каждое утро и вечер. Перед каждым применением содержимое бутылки следует взбалтывать.

Хлебная маска «Старость — не в радость?»

К сожалению, от появления морщин не застрахован никто... И все же можно обмануть безжалостное время!

Тем, у кого нормальный тип кожи, мы рекомендуем почаще делать хлебную маску, которая готовится по следующему рецепту:

Смешайте 2 чайные ложки толченых сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, с 1 ст. ложкой свежего меда и 0,5 ст. ложки лимонного сока. Полученную массу нанесите на предварительно очищенное лицо и оставьте на 15–20 минут. Во время действия маски примите лежачее положение и постарайтесь расслабить мышцы лица.

Эту процедуру повторяйте 3–4 раза в неделю перед сном.

ДРУГИЕ ХЛЕБНЫЕ МАСКИ ДЛЯ ЛИЦА

Хлебная маска «Шоколадка»

Как же желают быть похожими на эту самую шоколадку многие девушки и юноши!.. И вот подставляют они свое лицо под палящие солнечные лучи, совершенно не думая о том, что это очень вредно. Очень советуем вам прятать свое лицо от солнца, ведь красивое лицо вовсе не то, которое загорело до цвета шоколада, а то, которое привлекает внимание своей чистотой, нежностью и природными красками.

Но что же делать, если лицо все-таки обгорело? В этом случае вам следует как можно скорее приготовить и нанести на обгоревшую кожу следующую маску:

Смешайте 50–70 г крошеного свежее испеченного хлеба с 40 г вазелина и 10 г глицерина. Полученную массу нанесите на обгоревшее лицо на 15–20 минут, после чего умойте лицо теплой водой.

Хлебную маску «Шоколадка» наносите с промежутком в 30–60 минут вплоть до побледнения кожи на лице.

Если лицо горит очень сильно, то смывайте маску холодной водой.

Хлебные маски при угревой сыпи

Ах, как часто приходится слышать от совсем юных девушек и парней жалобы на свое лицо! И дело порой не в каких-нибудь серьезных кожных заболеваниях, даже не в физическом уродстве, а в обыкновенной угревой сыпи. Существует множество косметических салонов, которые в силах сделать кожу чистой и нежной. Есть масса разнообразных очищающих средств для любых типов кожи. А потому не советуем вам, как говорится, «откладывать дела в долгий ящик» в борьбе с угрями и слушать взрослых, которые на все просьбы помочь уверяют, что лет через пять уж точно прыщики исчезнут сами собой.

Но, к сожалению, не у всех найдутся средства, чтобы воспользоваться услугами опытного косметолога или приобрести чудодейственный, но очень дорогой препарат для борьбы с угрями. Что ж тогда, если нет денег, то и забыть о красоте?

Конечно же, нет! Вам помогут недорогие в приготовлении народные средства. Их главными компонентами являются обыкновенный хлеб и лекарственные травы.

Хлебная маска «Летний рассвет»

Хлебная маска с таким красивым названием поможет вам в короткое время избавиться от угревой сыпи. Предназначена она для совсем юных мальчишек и девчонок, которые, как известно, больше чем кто-либо другой

переживают из-за своей кожи.

Для приготовления этой маски в литровую банку положите 50–70 г свежего хлеба, 2 ст. ложки измельченной травы вероники лекарственной и 1,5 ст. ложки травы будры плющевидной. Все залейте 3 стаканами кипятка и, закрыв крышкой банку, поставьте в теплое место на 50–60 минут. По истечении этого времени настой процедите.

Смазывайте свое лицо при помощи ватного тампона до тех пор, пока не исчезнут все угри.

Хлебный отвар «Чистюля»

Это средство очень хорошо помогает при больших красных угрях, которые делают лицо очень некрасивым. Бороться с ними труднее всего, а потому не следует отчаиваться, если после первых нескольких дней применения приведенного ниже народного средства результата видно не будет.

Помните, что только упорством и терпением вы сможете справиться с этим неприятным явлением на лице.

Итак, для приготовления чудодейственного отвара вам потребуется 2 чайные ложки измельченных сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, и взятые в равных количествах (по 1 чайной ложке) сухие измельченные листья крапивы, одуванчика, щавеля, лопуха и подорожника. Все это хорошо перемешайте, после чего залейте 2 стаканами кипятка и варите на слабом огне в течение 10–15 минут, постоянно помешивая.

Готовый отвар немного остудите и процедите. Протирайте им лицо каждое утро и вечер, причем после процедуры не умывайтесь 15–20 минут.

Хлебный отвар «Отступите, злые беды!»

Название этого народного средства говорит о том, что после регулярного его применения вам уже не нужно будет стесняться своей кожи, потому что она станет чистой и нежной.

Возьмите 50–70 г свежее испеченного пшеничного хлеба и покрошите его на мелкие кусочки. Затем эти кусочки смешайте с 1 ст. ложкой измельченных корней лопуха обыкновенного, с таким же количеством корней девясила высокого и 1,5 ст. ложками предварительно мелко нарезанной высушенной травой зверобоя продырявленного. Полученную смесь залейте 3 стаканами горячей воды и кипятите на «водяной бане» в течение 30–40 минут.

Готовый отвар поставьте в теплое темное место на 1 час, после чего процедите.

Это народное средство следует принимать внутрь по 1 стакану 3 раза в

день, в особо же тяжелых случаях протирайте им свое лицо каждый вечер.

Хлебный настой «Жизнь прекрасна!»

Этот настой является незаменимым лекарем при красных больных угрях, которые, к сожалению, не носят временный характер и порой «украшают» лицо человека всю жизнь.

Для приготовления этого настоя возьмите 100 г ржаного хлеба, 3 ст. ложки измельченной травы репешка обыкновенного, 2 ст. ложки накрошенных корней барбариса и 1,5 ст. ложки нарезанных листьев грецкого ореха. Все это положите в кастрюльку и залейте 1 литром кипятка. Настаивайте в течение 30–40 минут.

Принимайте целебное снадобье «Жизнь прекрасна» по 0,5 стакана 4 раза в день вплоть до полного избавления от угрей.

Хлебная маска «Сам себе врач»

Многих подростков «хлебом не корми», а дай привести свое личико в порядок... Они наивно полагают, что выдавливание угрей — на пользу лицу. Хорошо, если руки в это время чистые, а если нет? Последствий в этом случае может быть великое множество от заражения кожи какой-либо инфекцией вплоть до глубоких рубцов, которые останутся на лице до глубокой старости.

Эта маска поможет вам обезопасить кожу (смягчить прикосновение рук), если вы все-таки не послушаетесь нашего совета и решите выдавить какой-нибудь страшно мешающий вам прыщик.

Перемешайте 2 чайные ложки толченых ржаных сухарей с взятыми в одинаковом количестве (по 1 десертной ложке) предварительно высушенными и измельченными листьями ежевики сизой, корнями аира болотного и девясила высокого (все травы можно купить в аптеке). Полученную смесь залейте 150–200 г растительного масла и кипятите на слабом огне, постоянно помешивая, 10–15 минут.

Приготовленную массу поставьте на 4–5 часов в теплое темное место.

Хлебную маску накладывайте на лицо после каждого самостоятельного выдавливания угрей. Так вы сможете избежать заражения и глубоких ран.

Маску держите на лице 15–20 минут, после чего смойте ее водой.

ХЛЕБ КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ПО УХОДУ ЗА ВОЛОСАМИ

Густые, мягкие, блестящие волосы — мечта каждой женщины, да и мужчины тоже. Но, к сожалению, далеко не все могут сказать, что они довольны своими волосами, ибо счастье иметь «шикарные» волосы дается далеко не каждому. Конечно, просто замечательно, когда природа

награждает великолепным убранством голову с самого рождения. Но что делать, если несмотря на применение всевозможных средств для ухода за волосами, они так и остаются жидкими и ломкими? В этом случае к вам на помощь придут народные средства, главным компонентом которых, как вы догадались, является хлеб.

Хлебные знахарские средства помогут вам не только сделать волосы блестящими и густыми, но и восстановить их после неудачной окраски или завивки, а также избавиться от такого неприятного явления как перхоть.

Хлебная маска «Шик, блеск, красота»

Народное средство с таким красивым названием поможет вам осуществить свою заветную мечту иметь красивые волосы, которые не будут «магнититься» при каждом взмахе расчески и выпадать целыми прядями по утрам.

Для приготовления этого средства, которым пользовались самые красивые женщины прошлого, вам понадобится 250 г ржаного хлеба с отрубями, 200 г говяжьего мозга, 1 чайная ложка спирта и немного воды.

Итак, возьмите говяжий мозг и кипятите его на слабом огне в небольшом количестве воды, до полного ее выкипания. Приготовленный таким образом мозг процедите через сито (то, что останется в сите, выбросите), положите хлеб и добавьте спирт. Помешайте и поставьте в темное место на 2–3 часа. Затем еще раз перемешайте.

Приготовленное чудесное средство втирайте во влажные волосы в течение 5 минут. После проведения этой процедуры намочите полотенце в горячей воде, выжмите его и обвяжите голову. Полотенце следует смачивать 6–7 раз горячей водой по мере его остывания. Затем обвяжите свою голову фланелью и ложитесь спать. Утром волосы хорошо расчешите и промойте теплой водой.

Хлебная маска «Посмотри на меня»

Рецепт этой хлебной маски пришел к нам из Восточной Сибири, знахари которой советовали женщинам пользоваться простым средством для того, чтобы к ним никогда не угасал интерес мужчин. Это действительно простое средство помогало женщинам сделать свои волосы густыми и длинными, что в далекие времена считалось большим достоинством. От женщины с такими волосами, можете быть уверены, не уходил ни один мужчина.

Возьмите 200 г пшеничного хлеба, 100 г дегтя и 100 г оливкового масла. Пшеничный хлеб покрошите и смешайте с дегтем и оливковым маслом.

Приготовленную массу втирайте в голову за 30–40 минут до мытья

волос.

Процедуру повторяйте 1 раз в 2–3 дня в течение 10 дней.

Хлебная маска «Далекая дорога»

Название этой маски символично. Она предназначена для восстановления роста волос, который вследствие тех или иных причин прекратился. Народное средство «Далекая дорога» помогает восстановить волосы даже при полном облысении.

Готовится оно по следующему рецепту:

Смешайте 2 ст. ложки толченных ржаных сухарей с отрубями с 1 ст. ложкой коньяка, 4 ст. ложками лукового сока и 6 ст. ложками отвара корней репейника. Приготовленную смесь вотрите в голову, которую накройте сверху целлофановым пакетом и обвяжите теплым полотенцем. Через 15–20 минут голову промойте шампунем. Процедуру повторяйте ежедневно в течение недели и можете быть уверены, что в скором времени ваши волосы станут такими длинными, как далекая дорога.

Хлебная маска «Дары природы»

Эта маска включает в себя один единственный компонент — ржаной хлеб, который поможет вам восстановить волосы после окраски или завивки. Хлебная маска «Дары природы» также очень хорошо укрепляет волосы и способствует их росту.

Перед наложением этой маски вымойте голову шампунем и немного подсушите волосы полотенцем. Влажные волосы тщательно смажьте предварительно смоченным в теплой воде ржаным хлебом. Маску держите 15–20 минут, после чего промойте волосы теплой водой.

Эту процедуру повторяйте после каждого мытья головы.

Хлебная маска «Прикосновение шелка»

Хорошо перемешайте 200–300 г ржаного хлеба, разведенного в теплой воде, с 2–3 взбитыми яйцами.

Приготовленную массу поставьте в теплое место на 20–30 минут. В это время вымойте волосы, чуть высушите их при помощи полотенца и хорошо расчешите. Влажные волосы смажьте хлебно-яичной маской и обвяжите голову полотенцем.

По истечении 20–30 минут хорошо промойте волосы теплой водой, при необходимости воспользуйтесь шампунем.

Маска «Прикосновение шелка» после ее регулярного применения сделает волосы блестящими и мягкими.

Хлебная маска «Кудряшка»

Это народное средство очень хорошо помогает при выпадении волос, которое происходит по тем или иным причинам. Особенно рекомендуем

накладывать хлебную маску беременным женщинам, которые очень часто испытывают большие проблемы из-за своих волос. И это неслучайно, ведь в период беременности волосы становятся тонкими, ломкими и совершенно перестают завиваться.

Для приготовления маски вам потребуется 2 ст. ложки толченых ржаных сухарей, 1 стакан березового сока и 1 чайная ложка спирта. Все хорошо перемешайте. Полученную массу накладывайте на волосы перед каждым мытьем головы.

Хлебная маска «Звездная ночь»

Смешайте 2 чайные ложки толченых сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, с 0,5 стакана одеколона и 0,5 стакана теплого молока. Полученной массой тщательно протрите волосы, а также кожу головы при помощи ватного тампона. Делать это следует за 30–40 минут до мытья головы.

Смазанные целебной маской волосы хорошо расчешите массажной щеткой. Расчесывать волосы следует как можно дольше, ибо так вы не только способствуете их лечению, но и делаете массаж головы, что очень полезно.

Хлебную маску «Звездная ночь» следует накладывать не чаще 2 раз в неделю. Предназначена она для лечения ломких, секущихся волос и восстановления их после неудачной окраски или завивки.

Хлебная маска «Солнечный луч»

Эту хлебную маску рекомендуется применять людям с сухой кожей головы, страдающим по этой причине перхотью. Бороться с ней трудно, но необходимо, ведь белые хлопья перхоти отнюдь не располагают к общению с таким человеком.

Мы можем предложить вам удивительный рецепт хлебной маски, которая позволит в короткое время решить проблемы с волосами.

Для ее приготовления размочите 100–300 г ржаного хлеба (это количество зависит от длины волос) в растительном масле. Эту массу втирайте в кожу головы 2–3 раза в неделю до полного исчезновения перхоти.

Хлебная маска «Лесная полянка»

Маска «Лесная полянка» предназначена, как и предыдущая маска, для лечения головы от перхоти, но от перхоти, которая возникает не из-за сухости кожи, а по каким-либо другим причинам.

Готовится маска по следующему рецепту: перемешайте 2 ст. ложки толченых сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, с отваром травы черноголовки обыкновенной. Для приготовления отвара вам

следует взять 50–70 г заранее высушенной травы черноголовки и, залив ее стаканом горячей воды, кипятить в течение 10–15 минут, после чего процедить и смешать с сухарями.

Приготовленной целебной смесью промывайте голову 2–3 раза в день в течение 2 дней (лучше это делать в выходные). Во время лечения голову не мойте, ибо результат будет минимальным.

ХЛЕБ КАК КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ УХОДА ЗА РУКАМИ

Иметь красивые ухоженные руки — мечта каждого человека. Но как сохранить свои руки такими, если каждый день приходится заниматься физическим трудом? Даже если у вас умственная работа, то вас все равно каждый день подстерегает опасность нанести своим рукам вред. Конечно, мы сейчас можем очень долго рассуждать о том, что мыть посуду, полы и стирать следует в специальных перчатках, а копать огород, сажать рассаду и поливать лишь после того, как на руки нанесен специальный крем. Без сомнения, вы полностью согласитесь с нами, но вот вопрос: выполните ли все наши рекомендации?

Скорее всего, нет. И не потому, что вам лень надевать перчатки или наносить на руки специальный крем, а потому, что в нужный момент перчатки невозможно будет отыскать во всем доме, а крема просто не окажется под рукой. В результате ваши руки становятся грубыми, шелушащимися и мозолистыми. Вы с сожалением смотрите на них и думаете о том, что сделать ничего нельзя...

А если опять обратиться к хлебу?

Хлебная маска «Нежные ручки»

Эту хлебную маску рекомендуется накладывать на руки после любой физической работы, конечно, предварительно отмыв их от грязи.

Для приготовления хлебной маски «Нежные ручки» смешайте 1 ст. ложку толченых ржаных сухарей с 50–70 г вазелина или глицерина.

Полученную массу толстым слоем нанесите на руки и оставьте на 15–20 минут. По истечении этого времени смойте маску теплой водой.

Хлебная маска «Ласковый зверь»

Хлебная маска «Ласковый зверь» — очень хорошее средство для борьбы с мозолями на руках, которые появляются вследствие тяжелой физической работы.

Для приготовления маски возьмите 50–70 г пшеничного хлеба, разомните с 1 небольшой сваренной без кожуры картошкой, с 0,5 стакана молока и 1 ст. ложкой одеколона. Полученной массой смажьте мозоли и оставьте на 30–40 минут. Маску снимите при помощи ватного тампона.

После подобной процедуры не мойте руки в течение 50–60 минут.

Хлебная маска «Поцелуй дамы»

Дамам, без сомнения, принято целовать руку. Но иногда самой даме неудобен такой поцелуй и причина тому — ее руки. Конечно, речь идет не о даме из высшего общества, за которой ухаживают горничные, а об обыкновенной женщине, которой очень часто приходится заниматься физическим трудом, из-за чего ее руки становятся некрасивыми.

Рекомендуем вам специальную хлебную маску, которую следует как можно чаще накладывать на руки.

Смешайте 1 чайную ложку толченых сухарей, приготовленных из ржаного хлеба с отрубями, с 2 ст. ложками миндального масла и 0,5 чайной ложки маргарина.

Приготовленной смесью как можно чаще смазывайте свои руки вплоть до полного исчезновения ранок и трещин.

Хлебная маска «Локоток модницы»

Эта хлебная маска очень хорошо помогает при огрубевшей коже на локтях. Шершавые локти лишают женщину возможности носить одежду с коротким рукавом.

Сделать кожу на локтях мягкой и нежной вам поможет следующее народное средство:

Разомните 50–70 г свежее испеченного пшеничного хлеба с 2 ст. ложками подогретого прованского масла. Полученную массу нанесите на локти на 15–20 минут.

Во время действия маски постарайтесь как можно меньше сгибать и разгибать руки в локтях.

По истечении 15–20 минут смойте маску теплой водой.

ГЛАВА III. ХЛЕБ В КУЛИНАРИИ

Если вы любите свежий, мягкий хлеб, — на здоровье! Напомним, что хранить его нужно в специально предназначенных для этого хлебницах, ибо только так он сохранит свою свежесть долгое время. Хлебницу необходимо постоянно поддерживать в чистоте, своевременно удалять из нее остатки хлеба, время от времени высушивать и мыть. Существует малоизвестное народное средство, помогающее сохранить хлеб свежим более долгое время. Это средство очень простое, наверное, поэтому его сейчас совсем позабыли, а ведь так легко положить в свою хлебницу мелко нарезанное яблоко, немного соли или очищенный картофель!.. 2–3 суток хлеб будет свежим.

Если же у вас дома все-таки иногда остается черствый хлеб и по каким-либо причинам вы не имеете возможности воспользоваться приведенными ниже рецептами, то не торопитесь выбрасывать его — несколько минут на то, чтобы освежить черствый хлеб, мы уверены, у вас найдется.

Для освежения хлеба вы можете воспользоваться обыкновенной духовкой, поместив в нее на несколько минут предварительно завернутый в мокрую марлечку хлеб. Можно разогреть черствый хлеб за 5-10 и на водяной бане, нарезав его ломтиками. Учтите, что освеженный вами хлеб следует как можно быстрее подать на стол, ибо зачерствеет он намного раньше, чем только что выпеченный.

Что же можно приготовить из черствого хлеба? Ознакомьтесь с нашими рецептами. Мы уверены, что многие из них вам сразу же захочется опробовать. Желаем удачи!

ПЕРВЫЕ БЛЮДА

Борщ «УШКИ НА МАКУШКЕ»

Во-первых, приготовьте квас для борща по следующему рецепту: черствый ржаной хлеб залейте 1,5 литрами теплой кипяченой воды и добавьте очищенную и нарезанную кусочками свеклу, помешайте и поставьте в теплое место на 3 дня.

Возьмите сушеные грибы, сварите их и порежьте на мелкие кусочки. Добавьте лук, перец и соль, поджарьте грибы на подсолнечном масле.

Приготовьте тесто, смешав яйца, муку и небольшое количество воды. Готовое тесто тонко раскатайте и порежьте при помощи ножа на прямоугольники. Затем в каждый прямоугольник положите по 1 ч. ложке приготовленных грибов и концы прямоугольника соедините таким образом, чтобы сплетенные вами изделия напоминали вареники. Сварите в 1,5 литрах воды морковь, петрушку, лук, укроп и капусту. Готовый отвар процедите и сварите в нем грибные вареники.

Подавайте борщ на стол, предварительно добавив в него квас.

Вам понадобится:

200-250 г черствого ржаного хлеба

5-6 шт. свеклы

300 г сушеных грибов

2-3 средних луковицы

перец и соль по вкусу

0,5 ст. л. подсолнечного масла

2 яйца

1 ст. муки

1 морковь

50 г петрушки

50 г укропа

80-100 г капусты

Суп молочный с гренками «КОРАБЛИК»

Смешайте молоко с водой и, немного посолив, доведите до кипения на слабом огне. Добавьте сливки и вновь доведите до кипения. Небольшие кусочки хлеба обжарьте на масле, посыпьте сыром и не снимайте с медленного огня до тех пор, пока сыр немного не расплавится.

Подавайте гренки к супу в отдельных тарелках.

Вам понадобится:

1 л молока

1 ст. воды

1 ст. сливок

450-500 г сливочного масла

200-250 г пшеничного хлеба

20-30 г сыра

ВТОРЫЕ БЛЮДА

ХЛЕБНЫЕ КОТЛЕТЫ

Котлеты из свежей капусты

Капусту мелко порежьте и, добавив растопленного масла, тушите в молоке на слабом огне до полной готовности. Предварительно приготовленные из батона сухари залейте небольшим количеством горячего молока и дайте остыть. В готовую капусту добавьте 2 сырых и 2 сваренных вкрутую яйца, остывшие сухари с молоком посолите. Все хорошо перемешайте и сделайте котлеты.

Котлеты обжаривайте в масле с двух сторон.

Вам понадобится:

200-250 г сухарей, приготовленных из батона

1 кочан капусты

2 ст. молока

4 яйца

4 ст. л. сливочного масла

соль по вкусу

Котлеты с зеленью

Замочите предварительно приготовленные из пшеничного хлеба сухари в горячем молоке. Когда сухари немного остынут, протрите их.

Протертые сухари смешайте с маслом и яйцами. Добавьте мелко порезанные зеленый лук, укроп, петрушку, посолите и все тщательно перемешайте. Сделайте котлеты, обваляйте их в толченых сухарях и обжарьте на масле. Готовые котлеты залейте сметаной и прогрейте их на слабом огне 15–20 минут.

Вам понадобится:

200-250 г сухарей из пшеничного хлеба

1 ст. молока

3 яйца

2 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. мелко рубленного лука, петрушки, укропа

0,5 ст. сметаны

соль по вкусу

Котлеты овощные

Сухари из пшеничного хлеба залейте горячим молоком. Пока сухари остывают, овощи вымойте, хорошо очистите и обжарьте в масле. Затем

овощи тушите на слабом огне, постоянно подливая воду. Готовые овощи протрите и смешайте с остывшими сухарями. Добавьте яйца, 1 ст. ложку растопленного масла и немного крошек от сухарей. Сделайте котлеты и, обваляв их в муке, обжарьте на масле с двух сторон.

Вам понадобится:

200 г сухарей из пшеничного хлеба

2 моркови

2 репы

5 картофелин

2 корня сельдерея

по 1 ч. л. мелко нарезанного укропа и петрушки

соль по вкусу

2 ст. молока

4 яйца

2 ч. л. муки

4 ст. л. сливочного масла

Мясные котлеты с гренками в сметанном соусе

Свежий пшеничный хлеб порежьте небольшими ломтиками, положите на предварительно смазанный маслом противень и зажарьте в разогретой духовке при средней температуре.

Для приготовления сметанного соуса разотрите муку с маслом и, разбавив получившуюся массу водой, варите на слабом огне до густоты. Затем добавьте горчицу, сметану и, перемешав, доведите до кипения.

Поджаренные гренки выложите на готовые мясные котлеты, залейте сметанным соусом и кипятите 5–7 минут.

Вам понадобится:

200-250 г пшеничного хлеба

4 мясные котлеты

Для сметанного соуса:

2 ст. л. сметаны

1 ст. воды

2 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. муки

1 ст. л. горчицы

Хлебная солянка с колбасой

Очистите от корки ржаной хлеб, порежьте его небольшими ломтиками и обжарьте на слабом огне вместе с нарезанной колбаской.

Почистите луковицу, порежьте ее и пожарьте до золотистой окраски.

Обжаренный хлеб с колбасой и лук тщательно перемешайте с

потушенной на слабом огне квашеной капустой.

Подавайте солянку горячей.

Вам понадобится:

200 г ржаного хлеба

100 г вареной колбасы

1 ст. квашеной капусты

1 луковица

2 ст. л. растительного масла

Батон с начинкой из мяса и зелени

Батон разрежьте вдоль и из каждой половины удалите мякиш. Затем мякиш покрошите и смешайте с мелко порезанным и поджаренным миндалем, мелко порубленной мятой, укропом, петрушкой и жареным мясом (мясо для начинки следует вначале сварить, а потом обжарить на сливочном масле). В полученную смесь добавьте лимонный сок, 3 ст. ложки бульона, соль и перец по вкусу.

Готовой начинкой заполните половинки батона и сложите их. Посыпьте батон зеленью и полейте соусом, оставшимся после жарения мяса.

Батон подавайте на стол, предварительно порезав его на куски.

Вам понадобится:

1 батон

240-300 г отварного мяса

0,5 ст. миндаля

3 ст. л. сливочного масла

сок 1 лимона

7 ст. л. мелко нарезанной зелени: мяты, укропа, петрушки (4 ст. л. для начинки, 3 ст. л. — для посыпки)

1 ст. бульона

Булочки с начинкой из помидоров

Разрежьте булочки таким образом, чтобы нижняя часть была чуть ли не в два раза больше верхней. Из нижней части удалите мякиш, булку смочите внутри молоком и заполните начинкой.

Начинка готовится по следующему рецепту: нарежьте мелко лук и обжарьте его немного в масле. Добавьте очищенные от кожицы нарезанные ломтиками помидоры, посолите и тушите на слабом огне 5 минут. Потом добавьте взбитые в пену яйца и размоченный в молоке удаленный мякиш. Все перемешайте и обжарьте на среднем огне.

Заполненные готовой начинкой булочки накройте верхней частью, смажьте маслом и, поместив на противень, выпекайте в разогретой духовке

в течение 15–20 минут.

Подавать булочки лучше всего теплыми.

Вам понадобится:

4 булочки, каждая весом 150 г

2 помидора

1 луковица

2 яйца

1 ст. молока

2-3 ст. л. сливочного масла

соль по вкусу

Батон с начинкой из мяса и селедки

Надрежьте батон вдоль и удалите из него мякиш. Батон смочите молоком, положите на смазанную маслом сковороду и заполните начинкой, которая готовится следующим образом: размоченный в молоке мякиш пропустите через мясорубку вместе с мякотью селедки, отварным мясом и вареным картофелем; в полученную массу добавьте порезанные кубиками яйца и растопленное сливочное масло. Все перемешайте и поперчите.

Заполненный начинкой батон посыпьте сверху тертым сыром, смажьте маслом и запеките в предварительно разогретой духовке.

Подавайте батон, порезав его на порции.

Вам понадобится:

батон

200 г отварного мяса

1 селедка

3 ст. л. сливочного масла

1,5 ст. молока

2 картошины

2 яйца

перец по вкусу

0,5 ст. тертого сыра

Запеканка с морковью

Сухари потолките и залейте горячей водой, добавив масло и яйца. Все перемешайте и поделите на две приблизительно равные части. Одну часть положите на смазанную маслом сковороду. Сверху на слой сухарной массы положите морковный фарш, который готовится по следующему рецепту: морковь очистите и потушите в небольшом количестве воды, потом порежьте, добавьте масло и сахар. Перемешайте.

На морковный фарш положите вторую часть сухарной смеси.

Выпекайте морковную запеканку в предварительно разогретой духовке.

Вам понадобится:

1 ст. толченых сухарей, приготовленных из пшеничного хлеба

2 крупные моркови

1 ст. воды

3 яйца

1 ст. л. сахара

1 ст. л. сливочного масла

Запеканка из хлеба с печенью

Свежеиспеченный пшеничный хлеб размочите в молоке, отожмите и измельчите. Смешайте с мелко порубленной свежей печенью, топленным маслом, растертым желтком и взбитыми в пену белками. Полученную массу выложите в предварительно смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями форму.

Выпекайте запеканку в духовке при средней температуре в течение 30–40 минут.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

1 ст. молока

200 г печени

4 ст. л. топленого масла

2 яйца

2 ст. л. толченых сухарей

соль по вкусу

Хлебная запеканка со шпинатом, щавелем и яйцами

Сухари, приготовленные из пшеничного хлеба, измельчите и залейте горячим молоком. Пока масса остывает, щавель и шпинат сварите в соленом кипятке и протрите.

В глубокой тарелке разотрите 2 яйца, после чего смешайте растертые яйца с хлебной массой, щавелем, шпинатом, растопленным маслом, мукой и двумя заранее сваренными вкрутую, а затем порубленными яйцами. Добавьте соль и все тщательно перемешайте.

Готовьте запеканку в духовке на предварительно смазанном маслом и посыпанном толчеными сухарями противне.

Вам понадобится:

200 г сухарей

700 г шпината

100 г щавеля

1 ст. молока
4 яйца
1-2 ст. л. сливочного масла
3 ч. л. муки
соль по вкусу

Хлебная запеканка с селедкой

Размочите в молоке пшеничный хлеб и смешайте его с очищенной от косточек мелко нарезанной селедкой, обжаренным в масле луком, яйцами, размягченным сливочным маслом, отваренным и натертым на терке картофелем, перцем и мускатным орехом. Полученную при перемешивании однородную массу поместите в смазанную маслом форму.

Готовьте запеканку в разогретой духовке при средней температуре.

Вам потребуется:

200 г пшеничного хлеба
1 селедка
1 ст. молока
2 яйца
1 луковица
2 вареные картофелины
2 ст. л. сливочного масла
соль
перец
мускатный орех

Хлебный омлет с печенью

Вымоченную печень тщательно очистите от пленок, нарежьте небольшими кусочками и обжарьте в масле. Когда печень остынет, пропустите ее через мясорубку и смешайте с замоченной в молоке булкой. Посолите и все хорошо перемешайте.

Пожарьте яичницу. Затем выложите на одну половину яичницы печеную массу и накройте сверху второй половиной.

Яичницу подержите на огне еще 3–4 минуты.

Вам понадобится:

1 булка (50 г)
100 г печени
0,5 ст. молока
2 яйца
1 ст. л. сливочного масла
соль по вкусу

Огурцы с хлебной начинкой

Возьмите 2–3 крупных огурца, очистите их от кожицы и разрежьте вдоль. При помощи чайной ложки выскоблите середину огурцов и наполните хлебной начинкой. Начинку приготовьте по следующему рецепту: размочите пшеничный хлеб в молоке и смешайте его с предварительно сваренными вкрутую и порубленными яйцами. Добавьте немного соли.

Нафаршируйте огурцы, сложите их в смазанную подсолнечным маслом сковороду, посыпьте сверху тертым сыром и запекайте в разогретой духовке в течение 15–20 минут при средней температуре.

Подавайте огурцы с картофелем.

Вам понадобится:

200 г свежего пшеничного хлеба

0,5 ст. молока

2-3 крупных огурца

2 яйца

0,5 ст. тертого сыра

2 ст. л. растительного масла

соль по вкусу

Помидоры с начинкой из хлеба и мяса

Помидоры хорошо вымойте, срежьте их верхушки и при помощи чайной ложки удалите середину. Подготовленные помидоры слегка посолите и поперчите и заполните начинкой.

Для начинки отварите мясо и пропустите его через мясорубку. Пшеничный хлеб (лучше всего свежее испеченный) размочите в бульоне и смешайте с мясом. В полученную массу добавьте натертый на терке или пропущенный через мясорубку чеснок, мелко нарезанную зелень петрушки и укропа, порезанный и обжаренный в свином сале лук, немного томатного соуса, соль, перец по вкусу. Все тщательно перемешайте.

Заполненные начинкой помидоры поместите на смазанный салом противень и запекайте в разогретой духовке при средней температуре в течение 15–20 минут.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

8-9 крупных помидоров

200 г отварного мяса

2 луковицы

4 зубчика чеснока

4-5 ст. л. мелко нарезанной зелени укропа и петрушки

3 ст. л. свиного сала

2 ст. л. томатного соуса

соль

перец

Треска с гренками

Пшеничный хлеб порежьте на кусочки, поджарьте на маргарине. Готовые гренки положите слоем в предварительно смазанную маслом сковороду. Сверху гренки полейте майонезом. Положите на них слой отварного филе трески и нарезанный лук. Залейте все майонезом и запекайте в заранее разогретой духовке в течение 20–25 минут.

Подавайте блюдо на стол, предварительно порезав его на куски.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

300 г филе трески

0,5 ст. майонеза

2 ст. л. маргарина

1 луковица

соль

Рыбные колбаски с хлебом

Размоченный в воде и отжатый пшеничный хлеб смешайте с пропущенным через мясорубку посоленным и поперченным рыбным филе, мелко нарезанным и поджаренным в масле луком.

Все хорошо перемешайте и пропустите через мясорубку. Из приготовленного фарша вылепите колбаску, которую заверните в полотняную салфетку, завяжите и сварите в рыбном бульоне. Через 10 минут колбаску выньте из салфетки и порежьте кусочками.

Подавайте колбаску на стол, заранее разложив ее кусочки на гренки, приготовленные из пшеничного хлеба.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

400 г рыбного филе

1 луковица

1 ст. л. растительного масла

соль

перец

Хлебные вареники с изюмом

Тертый пшеничный хлеб смешайте с творогом, сахаром, взбитыми яйцами, изюмом и солью. Из полученной массы вылепите шарики. Обваляйте их в муке и сварите в подсоленной воде.

Подавайте с маслом, украсив сверху тертым хлебом.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

200 г творога

1-2 ст. л. изюма

2 ст. л. сливочного масла

2 яйца

1 ст. л. сахара

1 ст. л. муки

Хлебные вареники с творогом

Толченые сухари, приготовленные из пшеничного хлеба, смешайте с протертым творогом, мукой, взбитыми белками и сливочным маслом, которое следует заранее растереть с желтками.

Из приготовленной массы вылепите вареники в форме шариков и варите их на слабом огне в чуть подсоленной воде.

Подавайте вареники, полив маслом и посыпав сухарями.

Вам понадобится:

1 ст. толченых сухарей, приготовленных из пшеничного хлеба

400 г творога

2 яйца

2 ст. л. муки

2 ст. л. сливочного масла

соль

Клецки из сухарей

Толченые сухари, приготовленные из пшеничного хлеба, смешайте с водой. Добавьте растертое добела с желтками сливочное масло и соль. Все тщательно перемешайте.

Полученную массу набирайте чайной ложечкой и опускайте в кипящую подсоленную воду.

Подавайте клецки горячими, с маслом.

Вам понадобится:

1 ст. толченых сухарей, приготовленных из пшеничного хлеба

0,5 ст. воды

2 яичных желтка

1 ст. л. сливочного масла

соль

Хлебные клецки с печенью

Свежеиспеченный пшеничный хлеб размочите в молоке и смешайте с яйцами, измельченной печенью, мелко нарезанными и обжаренными в жире луком и петрушкой. Добавьте соль, перец, немного толченых сухарей

и все еще раз хорошо перемешайте.

Приготовленную массу поставьте на 30–40 минут в теплое место, затем вылепите из нее клецки.

Варите клецки в подсоленной воде в течение 10–15 минут.

Подавать хлебные клецки с печенью, лучше всего со сметаной.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

200 г печени

1 ст. молока

2 яйца

4 ст. л. нарезанного лука и петрушки

3 ст. л. жира

4 ст. л. толченых сухарей

соль

Галушки из сухарей

Толченые сухари, приготовленные из пшеничного хлеба, смешайте с растопленным сливочным маслом, молоком, яйцами, предварительно растертыми с сахаром, и небольшим количеством соли. Полученную массу поставьте в теплое место на 30–40 минут, после чего поделите ее на галушки. Варите галушки в подсоленной воде 5–7 минут.

Подавайте галушки на стол теплыми, предварительно полив их сливочным маслом.

Вам понадобится:

1 ст. толченых сухарей

2 яйца

1,5 ст. л. сахара

0,5 ст. молока

2 ст. л. сливочного масла

соль

СЛАДКИЕ БЛЮДА

Торт с джемом «Встреча»

Нарежьте небольшими кусочками пшеничный хлеб и опустите в неглубокую чашку с молоком.

Смажьте форму для торта маслом и уложите на ее дно половину смоченных в молоке кусочков. На слой хлеба положите слой грецких орехов и залейте все горячим сливочным маслом. Далее нанесите слой джема, предварительно смешав его с ванилью, корицей и ромом. Положите по кругу апельсиновые корки. Слой джема накройте второй половиной кусочков хлеба.

Готовый торт залейте глазурью, приготовленной из сахара, молока и взбитых желтков.

Выпекайте торт в хорошо разогретой духовке при средней температуре в течение 15–20 минут.

Пока торт печется, приготовьте еще одну глазурь, тщательно смешав взбитые в пену белки с сахарной пудрой. Эту глазурь нанесите на еще горячий торт и поставьте его в духовку на 5–7 минут.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

0,5 л молока

2 яйца

2 ст. л. толченых орехов

3 ст. л. сливочного масла

3/4 стакана сахара

3 ст. л. сахарной пудры

1 ст. джема

ваниль

0,5 ч. л. корицы

1 ч. л. рома

апельсиновые корки

Шоколадный торт «Улыбка негра»

Тертые сухари, приготовленные из пшеничного хлеба, смешайте с сахаром, тертым шоколадом, корицей, гвоздикой, растертыми добела 3 целыми яйцами и 3 желтками, тертой цедрой лимона и миндалем.

Все тщательно перемешайте и выложите в форму, заранее смазанную маслом. Выпекайте торт при средней температуре в течение 20–30 минут.

Готовый торт разрежьте вдоль на две части, между коржами положите слой варенья.

Сверху торт «Улыбка негра» покройте шоколадной глазурью.

Вам понадобится:

1 ст. тертых сухарей

6 яиц

1 ст. сахара

2 ст. л. тертого шоколада

1 ст. л. корицы

1 ст. л. гвоздики

цедра 0,5 лимона

1 ст. пропущенного через мясорубку миндаля

Торт из сухарей с заварным кремом «Соль земли»

Толченые сухари из ржаного хлеба смешайте с растертыми с сахаром желтками и взбитыми в пену белками. Полученную массу выложите в предварительно смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Выпекайте торт в хорошо разогретой духовке при средней температуре в течение 15–20 минут.

Готовый торт разрежьте вдоль таким образом, чтобы получилось два приблизительно равных по толщине коржа. Один корж смажьте толстым слоем заварного крема, положите сверху второй корж, который также намажьте кремом.

Сверху торт украсьте измельченными орехами или кусочками шоколада.

Заварной крем готовится по следующему рецепту: в кастрюльку вылейте горячее молоко, добавьте свежие яйца, муку, сахар и орехи. Все это варите, постоянно помешивая, на слабом огне вплоть до полного загустения. После чего заварной крем остудите. В остуженный крем положите мягкое сливочное масло и все вместе тщательно перемешайте.

Вам понадобится:

Для теста:

1 ст. толченых сухарей из ржаного хлеба

5 яиц

0,5 ст. сахара

2 ст. л. толченых сухарей для посыпки

Для крема:

2 яйца

1 ст. л. муки

1,5 л. сахара

1 ст. горячего молока
0,5 ст. орехов
100 г сливочного масла

Торт из ржаного хлеба со сметанно-клубничным кремом «Лакомка»

Тщательно перемешайте растопленное сливочное масло, мед и сахар. Добавьте перетертый мякиш ржаного хлеба, муку и вымесите тесто. Готовое тесто аккуратно выложите в предварительно смазанную маслом и посыпанную сухарями форму. Уложенное тесто полейте сверху взбитым яйцом.

Выпекайте торт в хорошо разогретой духовке при средней температуре в течение 30–40 минут.

Готовый торт смажьте сметанно-клубничным кремом, для приготовления которого следует лишь смешать сметану с клубничным вареньем.

Вам понадобится:

Для теста:

3 ст. тертого мякиша ржаного хлеба
0,5 ст. растопленного сливочного масла
0,5 ст. свежего меда
2 ст. л. сахара
1/4 ст. муки
1 яйцо

Для крема:

6-8 ст. л. сметаны
2-3 ст. л. клубничного варенья

Пирожное с изюмом и орехами «Шелковые сети»

Тертую булку смешайте со взбитыми яйцами, сахаром, мукой, сухими дрожжами, орехами и изюмом. Добавьте немного соли и вымесите тесто. Приготовленное тесто раскатайте в один большой корж толщиной около 1 см. Корж поместите на покрытый промасленной бумагой противень и выпекайте в разогретой духовке при средней температуре в течение 15–20 минут.

Горячий корж разрежьте на 6–8 пирожных любой формы.

Подавайте пирожные, предварительно украсив их ягодами или вареньем.

Вам понадобится:

1 ст. тертой булки
2 яйца

0,5 ст. сахара
2 ч. л. сухих дрожжей
1 ст. л. муки
2 ст. л. орехов
2 ст. л. изюма
соль по вкусу

Хлебное пирожное с какао «Большая картошка»

Толченые сухари, приготовленные из пшеничного хлеба, смешайте с растворенным в молоке и доведенным до кипения сахаром, сливочным маслом, какао, пропущенными через мясорубку грецкими орехами и вином. Из полученной после тщательного перемешивания массы вылепите шарики в форме картошки. Каждую картошку обкатайте в смешанных с какао и сахаром сухарях.

Вам понадобится:

1 литровая банка толченых сухарей, приготовленных из пшеничного хлеба

1 ст. сахара
1 ст. молока
150 г сливочного масла
10-15 грецких орехов
1 ст. л. какао
2-3 ст. л. вина

Бисквит из пшеничных сухарей

Толченые сухари из пшеничного хлеба тщательно перемешайте с яйцом, сливочным маслом и сахаром. Полученной массой заполните форму и поставьте на 1–2 часа в холодильник.

Перед подачей на стол выньте бисквит из формы, порежьте его на кусочки, каждый из которых полейте фруктовым сиропом.

Вам понадобится:

200 г молотых сухарей из пшеничного хлеба
200 г сливочного масла
1 яйцо
сахар
фруктовый сироп

Бисквит из ржанных сухарей «Пиратское судно»

Размочите в молоке толченые сухари из ржаного хлеба и поставьте их на 15 минут в теплое место. В набухшие сухари добавьте просеянную муку, крахмал, какао, корицу и все тщательно перемешайте. Затем в полученную массу добавьте взбитые с сахаром яйца и еще раз все

перемешайте. Смесь выложите на противень, предварительно покрытый промасленной бумагой, и поставьте в духовку на 15–20 минут.

Подавайте бисквит к чаю.

Вам понадобится:

3 ст. толченых сухарей из ржаного хлеба

1 ст. л. муки

2 ст. л. крахмала

3/4 ст. сахара

1,5 ст. молока

7 яиц

0,5 ст. л. какао

0,5 ч. л. корицы

Слойка с вареньем «Праздничный день»

В глубокую тарелку уложите слоями тертый ржаной хлеб, заранее освободив его от корок, и смажьте вареньем. Сверху слойку украсьте взбитыми с сахаром сливками и поставьте в холодильник на 1–2 часа.

Вам понадобится:

200 г ржаного хлеба

1 ст. любого варенья

1 ст. сливок

3-4 ст. л. сахара

ПИРОГИ

Пирог со смородиной «Ягодка»

Размочите в молоке нарезанный ломтиками пшеничный хлеб и, смешав его со сливочным маслом, обжарьте на сковороде на слабом огне в течение 15–20 минут. Когда хлеб остынет, добавьте цедру, желток и взбитый в пену белок. Все тщательно перемешайте и положите на слой смородины. Смородину следует заранее очистить, вымыть, перетереть с сахаром и выложить на смазанный маслом противень.

Сверху на хлебный слой положите кусочки масла.

Выпекайте пирог в предварительно разогретой духовке в течение 30–40 минут.

Подавайте пирог, посыпав его сахарной пудрой.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

1 ст. молока

1 ст. смородины

2–3 ст. л. сливочного масла

цедра 0,5 лимона

1 яйцо

2 ст. л. сахарной пудры

Пирог из ржаного хлеба с вареньем «Сладкая жизнь»

Замочите ржаной хлеб в холодной воде на 15–20 минут. Размокший хлеб отожмите и смешайте с сырыми яйцами, сахаром и солью. В полученную массу добавьте варенье и все вновь перемешайте.

Полученную массу выложите в форму, которую следует заранее смазать маслом и разогреть. Выпекайте пирог в духовке при средней температуре в течение 50–60 минут.

Подавайте пирог «Сладкая жизнь», посыпав сверху сахарной пудрой, перемешанной с ванилином.

Вам понадобится:

200 г ржаного хлеба

0,5 ст. варенья

3 яйца

0,5 ст. сахара

1 ч. л. соли

4 ст. л. растопленного сливочного масла

1 ст. л. сахарной пудры

0,5 ч. л. ванилина

Пирог с черникой «Домик в лесу»

Вымойте хорошо чернику и перемешайте с сахаром и корицей. Половину ягод сложите в смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями форму. Свежеиспеченный пшеничный хлеб нарежьте кусочками, замочите их в молоке. Разбухшие ломтики обваляйте в яйце, толченых сухарях и обжарьте на масле. Затем ломтики положите на слой черники, сверху на хлеб уложите вторую половину черники, которую посыпьте толчеными сухарями.

Для верхнего слоя пирога разотрите масло с желтками, добавьте немного муки, ванильный сахар, тертую лимонную цедру и вымесите тесто. Этим тестом накройте чернику, поверхность смажьте яйцом, посыпьте сахаром и толчеными сухарями.

Выпекайте пирог в духовке в течение 40–50 минут при средней температуре.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

1 ст. черники

0,5 ст. сахара

0,5 ст. молока

2 яйца

2 желтка

0,5 ст. толченых сухарей

1 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. муки

цедра 1 лимона

1 ч. л. молотой корицы

0,5 ч. л. ванильного сахара

Пирог с изюмом «Ласточка»

Нарежьте кусочками 1/4 часть хлеба и поджарьте его в масле. Обжаренные ломтики хлеба сложите слоем на дно формы, предварительно смазанную маслом.

Оставшуюся часть хлеба натрите на терке. Яйцо и 2 желтка взбейте в пену и смешайте с натертым хлебом. Добавьте масло, сливки, растопленное масло, изюм и все тщательно перемешайте. Затем добавьте взбитые белки и еще раз все хорошо перемешайте.

Приготовленную массу выложите в форму на жареные ломтики хлеба и выпекайте в духовке в течение 30–40 минут.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

2 ст. л. сливочного масла

3 яйца

0,5 ст. сливок

2-3 ст. л. изюма

Пирог из ржанных сухарей с медом и орехами «Солнечный день»

Толченые сухари из ржаного хлеба смешайте с размягченным сливочным маслом, орехами и желтками, растертыми с сахаром. В полученную в результате перемешивания однородную массу добавьте взбитые в густую пену белки и размешайте. Приготовленным тестом наполните смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями форму.

Выпекайте пирог в разогретой духовке в течение 15–20 минут.

Из горячего пирога вырежьте серединку, заполните ее медом и закройте сверху срезанной коркой.

Готовый пирог посыпьте сахарной пудрой.

Вам понадобится:

1 ст. толченых сухарей из ржаного хлеба

2 яйца

2 ст. л. сахара

1 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. орехов

2 ст. л. меда

1 ч. л. сахарной пудры

ПУДИНГИ

Пудинг из сухарей с яблоками и апельсиновым соком «Полна коробочка»

Смешайте с толчеными сухарями, приготовленными из пшеничного хлеба, натертые на терке яблоки, изюм и сахар. В получившуюся массу добавьте взбитые в пену яйца с соком апельсина. Все тщательно перемешайте и выложите в смазанную маслом форму.

Готовьте пудинг на «водяной бане» в течение 1,5–2 часов.

Вам понадобится:

1 ст. толченых сухарей

4 яблока

3 яйца

2 ст. л. сахара

2 ст. л. изюма

1 ч. л. сока апельсина

Пудинг из ржаного хлеба с лимоном «Званный вечер»

Тертый ржаной хлеб смешайте с растопленным маслом, тертой лимонной цедрой, лимонным соком и растертыми с сахаром желтками. В полученную массу добавьте взбитые в пену белки и сметану и еще раз все перемешайте. Смесь выложите в смазанную маслом форму и выпекайте в духовке при средней температуре в течение 20–30 минут.

Подавайте пудинг с вареньем.

Вам понадобится:

2 ст. тертого ржаного хлеба

0,5 ст. растопленного масла

5 яиц

3 ст. л. сахара

1 лимон

1 ст. сметаны

Пудинг из ржаного хлеба с орехами «Взгляд со стороны»

Размоченный в воде и отжатый ржаной хлеб смешайте с растертыми с сахаром желтками, сливочным маслом, лимонной цедрой, взбитыми в пену белками и истолченными орехами.

Тщательно перемешанную массу выложите в смазанную маслом форму.

Выпекайте пудинг в горячей духовке при средней температуре в

течение 15–20 минут.

Вам понадобится:

200 г ржаного хлеба

0,5 ст. сахара

2 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. мелко нарезанной лимонной цедры

2 ст. орехов

2 яйца

Пудинг из сухарей с яблоками и сливками «Перемены»

Мелко порежьте 1/2 часть яблока и уложите в смазанную маслом и обсыпанную толчеными сухарями форму. Сверху яблоки посыпьте молотыми сухарями, смешанными с сахаром. Затем положите еще один слой мелко порезанных яблок и слой сухарей.

Залейте форму кипятком. Сверху на слоеную массу вылейте смесь яиц с сахаром.

Выпекайте пудинг в хорошо разогретой духовке в течение часа.

Вам понадобится:

3 ст. толченых сухарей из пшеничного хлеба

8 яблок

3 ст. л. сахара

1,5 ст. сливок

1 ст. кипятка

2 яйца

ГРЕНКИ

Гренки с клубникой

Ломтики пшеничного хлеба полейте небольшим количеством молока. Ягоды клубники смешайте с сахаром и подождите, пока они дадут сок. Уложите клубнично-сахарную массу на смоченный молоком хлеб и поставьте в духовку на 20–30 минут.

Перед подачей на стол можете полить готовые гренки сливками или сметаной.

Вам понадобится:

200 г белого хлеба

0,5 ст. молока

1 ст. свежих ягод клубники

2 ст. л. сахара

1 ст. л. сметаны или сливок

Гренки со сливой

Ломтики пшеничного хлеба намажьте сливочным маслом. Сверху на масло положите несколько половинок сливы, предварительно удалив из них косточки. В сливу положите по кусочку масла и насыпьте немного сахара.

Подготовленные гренки поместите на смазанный маслом противень и выпекайте в хорошо разогретой духовке при средней температуре в течение 15–20 минут.

Подавайте гренки теплыми, дабы слива не стала жесткой и не потеряла свою сочность.

Вам понадобится:

10 ломтиков пшеничного хлеба или батона

2 ст. ложки сливочного масла

30 слив

1-1,5 ст. ложки сахара

Гренки с вишней

Намажьте ломтики пшеничного хлеба маслом и положите этой стороной на противень. Сверху положите перемешанную с сахаром и толчеными сухарями вишню.

Подготовленные тосты выпекайте в духовке в течение 15–20 минут.

Подавайте тосты с вишней теплыми к чаю, молоку или простокваше.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба
1 ст. вишни
2 ст. л. сахара
1 ст. л. толченых сухарей
4 ст. л. сливочного масла

Гренки с вареньем

Ломтики пшеничного хлеба или батона обмакните в яичную массу, которая готовится по следующему рецепту: яйца, молоко и сахар взбейте при помощи венчика. Хлеб обжарьте с двух сторон на сливочном масле.

Готовые гренки немного остудите и смажьте толстым слоем любого варенья.

Вам понадобится:

200 г. пшеничного хлеба или батона
2 яйца
0,5 ст. сахара
1 ст. молока
2 ст. л. сливочного масла
0,5 ст. варенья

Гренки с яблоками

Пшеничный хлеб или батон нарежьте тонкими ломтиками так, чтобы хлебных кусочков получилось четное количество. Половину ломтиков намажьте джемом (джем может быть любым, на ваш вкус), другой половиной накройте их.

Очистите яблоки от кожуры, порежьте их на мелкие кусочки и смешайте со взбитыми яйцами. Приготовленную яблочную смесь толстым слоем положите на уже подготовленные гренки.

Готовые гренки поджаривайте на подсолнечном масле в сковороде до тех пор, пока хлеб не подрумянится, а яблоки не станут мягкими и сочными.

Подавайте гренки с яблоками к чаю или молоку, предварительно посыпав их сахарной пудрой.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба или батона
3 яйца
4 яблока
2 ст. л. джема
2 ст. л. сахарной пудры
3 ст. л. подсолнечного масла

Гренки с колбасой

Ломтики пшеничного хлеба опустите на несколько секунд во взбитые яйца. Затем положите на каждый ломтик кусочек колбасы и вновь опустите во взбитые яйца, которые к этому времени надо уже смешать с молоком, мукой и солью.

Готовьте гренки с колбасой на хорошо разогретой, смазанной жиром сковороде.

Подавайте гренки сразу же после их приготовления.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

200 г колбасы

2 яйца

0,5 ст. молока

2 ст. л. муки

соль по вкусу

1 ст. л. жира

Гренки с ветчиной и с сыром

Тонкие ломтики батона намажьте сливочным маслом, сверху нанесите слой горчицы или томатной пасты. Положите слой ветчины и накройте ломтиками твердого сыра.

Готовьте гренки в хорошо разогретой духовке на смазанном масле противне до тех пор, пока сыр не расплавится.

Подавайте гренки с ветчиной и сыром горячими.

Вам понадобится:

200 г батона

200 г ветчины

50 г сливочного масла

150 г сыра

0,5–1 ч. л. горчицы или томатной пасты

Гренки с мясом

Отварите мясо, порежьте его на мелкие кусочки, добавьте обжаренный на сливочном масле лук, тертую булку и немного посолите. Все хорошо перемешайте и обжарьте на сливочном масле в течение 10–15 минут. Смешайте приготовленную массу со свежим яйцом и сметаной.

Приготовленную смесь нанесите толстым слоем на ломтики хлеба, посыпьте сверху небольшим количеством тертого сыра и запекайте в хорошо разогретой духовке при средней температуре в течение 15–20 минут.

Подавайте гренки сразу же после их приготовления.

Вам понадобится:

200 г булки
200 г отварного мяса
2 луковицы
2 ст. л. тертой булки
2 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. сметаны
яйцо
соль по вкусу

Гренки с копченой грудинкой

Пшеничный хлеб порежьте ломтиками и обжарьте в духовке до золотистого цвета. В то время, когда хлеб жарится, копченую грудинку порежьте ломтиками и обжарьте в хорошо разогретой сковородке без жира. Когда грудинка сама даст жир, снимите ее со сковороды и обжарьте в этом жире предварительно нарезанные кусочками свежие помидоры.

На поджаренный хлеб положите по кусочку грудинки, сверху по кружочку помидора и залейте соусом, который остался после обжаривания помидоров. Подготовленные гренки слегка поперчите и поставьте в хорошо разогретую духовку на 10–15 минут.

Готовые гренки сразу же подавайте на стол.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба
100 г копченой грудинки
3 помидора
перец по вкусу

Гренки со шпротами

Ломтики пшеничного хлеба средней толщины намажьте тонким слоем сливочного масла, после чего положите слой шпрот. Сверху шпроты смажьте томатным соусом. Выпекайте гренки в хорошо разогретой духовке при средней температуре в течение 10–15 минут.

Подавайте гренки со шпротами горячими, предварительно украсив их рубленой зеленью.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба
100 г шпрот
50 г сливочного масла
2 ст. л. томатного соуса
2 ст. л. мелко рубленой зелени укропа, лука, петрушки.

Гренки с селедкой

Тонкие ломтики пшеничного хлеба поджарьте в сливочном масле на

сковороде до золотистого цвета.

Вымочите селедку в холодной воде, очистите ее от кожи, удалите кости и нарежьте мякоть кусочками. Удаленные из селедки молоки разотрите с желтком сваренных вкрутую яиц, добавьте горчицу и растительное масло. Обжаренный хлеб смажьте приготовленной смесью, сверху положите кусочки селедки.

Запекайте гренки в хорошо разогретой духовке в течение 5–7 минут.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

200 г селедки

2 яичных желтка

2 ст. л. растительного масла

1 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. горчицы

Гренки с сардинами

Ломтики пшеничного хлеба намажьте сливочным маслом и поджарьте в духовке до золотистого цвета. Положите на каждый обжаренный ломтик по кусочку сардины.

Залейте гренки соусом и сразу же подавайте на стол.

Соус готовится по следующему рецепту: тщательно перемешайте сок лимона, уксус, растительное масло, сладкий перец, маслины, горчицу, нарубленный лук и мелко порезанную зелень; постоянно помешивая, на слабом огне доведите смесь до кипения, после чего немного остудите и полейте гренки.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

1 ст. л. сливочного масла

2 крупные сардины в масле

Для соуса:

1 ч. л. сока лимона

2 ст. л. уксуса

2 ст. л. растительного масла

3 тушеных стручка сладкого перца

2-3 маслины

1 ч. л. горчицы

1 некрупная луковица

1 ст. л. мелко рубленной зелени

Гренки с омлетом

Ломтики пшеничного хлеба обжарьте в небольшом количестве

сливочного масла до золотистого цвета. Яйца смешайте с молоком, растопленным сливочным маслом и посолите.

Приготовленной смесью залейте обжаренный хлеб.

Выпекайте гренки на смазанной маслом сковороде в течение 15–20 минут.

Перед подачей на стол гренки рекомендуется украсить зеленью петрушки и укропа.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

4 яйца

3-4 ст. л. молока

3 ст. л. сливочного масла

соль

перец

2 ст. л. мелко порезанной зелени укропа и петрушки

Гренки из ржаного хлеба с яйцами и луком

Ломтики ржаного хлеба средней толщины хорошо поджарьте на сливочном масле. Когда с двух сторон хлеб подрумянится, не переставая поджаривать его, разбейте на каждый ломтик по одному яйцу, чуть посолите и жарьте до тех пор, пока белок не станет твердым.

Подавайте гренки, предварительно посыпав их рубленым зеленым луком, горячими.

Вам понадобится:

200 г ржаного хлеба

6 яиц

3 ст. л. сливочного масла

6 ст. л. рубленого зеленого лука

соль по вкусу

Гренки с яйцами и тертым сыром

Пшеничный хлеб нарежьте ломтиками и опустите на несколько секунд в заранее взбитые с молоком яйца.

Подготовленные гренки поместите на смазанную маслом сковороду, посыпьте сверху тертым сыром и запекайте до тех пор, пока сыр не начнет плавиться.

Подавайте гренки с яйцом и тертым сыром горячими.

Вам понадобится:

200 г пшеничного хлеба

2 яйца

0,5 ст. молока

1 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. тертого сыра

ТОСТЫ

Тосты с колбасой и сыром

Ломтики пшеничного хлеба намажьте сливочным маслом, сверху положите ломтики колбасы, а на них — ломтики сыра.

Подготовленные тосты поместите на смазанную маслом сковороду и жарьте их на слабом огне до тех пор, пока сыр не расплавится.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

100-150 г сливочного масла

100 г колбасы

100-120 г сыра

Тосты с ветчиной

Ломтики пшеничного хлеба намажьте толстым слоем ветчинной массы, которая готовится по следующему рецепту: нарубите ветчину и смешайте ее со сливками, желтком сырого яйца, перцем и солью.

Выпекайте тосты в духовке в течение 5–7 минут.

Подавайте тосты горячими.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

150 г ветчины

1 желток

2 ст. л. сливок

перец

соль

Тосты с сыром

Ломтики пшеничного хлеба намажьте сливочным маслом, посыпьте сверху толстым слоем тертого сыра.

Выпекайте тосты в хорошо разогретой духовке до тех пор, пока сыр не расплавится.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

100-150 г сливочного масла

100-150 г тертого твердого сыра

Тосты с печенкой

Сливочным маслом намажьте ломтики пшеничного хлеба и обжарьте их на смазанной маслом сковороде. Горячий поджаренный хлеб с маслом

покройте слоем заранее сваренной мелко нарезанной печенки.

Перед подачей на стол покройте тосты с печенкой зеленью.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

100-150 г сливочного масла

150 г печени

Зелени укропа, петрушки

Тосты с копченой рыбой

Ломтики пшеничного или ржаного хлеба намажьте сливочным маслом. Сверху положите слой очищенной от костей копченой рыбы. Смажьте рыбу томатной пастой и выпекайте тосты в разогретой духовке в течение 5–7 минут.

Подавайте тосты с копченой рыбой как закуску.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного или ржаного хлеба

100-150 г сливочного масла

150 г копченой рыбы

2 ст. л. томатной пасты

Тосты с котлетой

Ломтики ржаного хлеба обжарьте на небольшом количестве сливочного масла. Затем смешайте майонез с натертыми дольками чеснока и смажьте им обжаренный хлеб. Сверху положите слой сваренных вкрутую, порезанных ломтиками яиц, которые накройте разрезанными вдоль небольшими котлетами.

Украсьте тосты зеленью.

Вам понадобится:

4 ломтика ржаного хлеба

4 котлеты

1 ст. л. сливочного масла

5 ст. л. майонеза

2-3 дольки чеснока

зелень укропа, петрушки, лука

Тосты с джемом

Порежьте батон на кусочки и обжарьте их в небольшом количестве масла. Приготовленные тосты намажьте толстым слоем сливок, после чего положите слой джема.

Сверху украсьте свежими ягодами и посыпьте сахаром.

Вам понадобится:

1 батон

300 г джема

100-150 г сливок

свежие ягоды для украшения

4-5 ст. л. сахара

Тосты с яблоками и изюмом

Кусочки батона обжарьте в масле и покройте слоем яблочно-изюмной массы, приготовленной по следующему рецепту: очистите яблоки от кожуры и натрите на крупной терке, после чего смешайте их с сахаром и изюмом.

Подавайте тосты как десерт.

Вам понадобится:

1 батон

200-300 г яблок

100 г изюма

2 ст. л. сливочного масла

5 ст. л. сахара

САНДВИЧИ

Сандвичи с ананасом и сыром «Визит долгожданного гостя»

Ломтики белого хлеба обжарьте в небольшом количестве масла. Каждый кусочек намажьте маслом, положите по кусочку вареного мяса, ломтику ананаса. Сверху накройте ломтиками сыра.

Запекайте сандвичи в духовке до тех пор, пока сыр не начнет плавиться.

Подавайте сандвичи, предварительно украсив их кусочком ананаса и веточкой петрушки.

Вам понадобится:

4 кусочка белого хлеба

4 ломтика ананаса

4 кусочка мяса

масло

4 веточки петрушки

Сандвич «Итальянский»

Хлеб намажьте маслом и положите сверху листья салата. Сверху на листья салата положите ломтики ветчины, которые накройте кружками помидора и ломтиками сыра. Готовый сандвич полейте оливковым маслом, поперчите и украсьте веточками базилика.

На один сандвич вам понадобится:

0,5 ч. л. сливочного масла

2-3 ломтика ветчины

2-3 кружочка помидора

2-3 листика салата

2-3 тонких ломтика сыра

0,5 ч. л. оливкового масла

перец

веточки базилика

Сандвич с сельдью «На любителя»

Ломтик ржаного хлеба намажьте маслом. Сверху положите тонкие кусочки селедки, посыпанные зеленью, и накройте ломтиком ржаного хлеба, намазанного яичным маслом и посыпанного зеленью. Яичное масло следует приготовить по следующему рецепту: смешайте 1/3 часть масла с рублеными крутыми яйцами и добавьте специи; сверху на ржаной хлеб, смазанный яичным маслом, положите еще один кусочек ржаного хлеба, на

который следует намазать толстым слоем оставшееся масло.

Вам понадобится:

2 ломтика ржаного хлеба

1 ломтик пшеничного хлеба

100 г селедки

3 яйца

100-150 г масла

соль

горчица

перец

зеленый лук

зелень укропа и петрушки

БУТЕРБРОДЫ

Бутерброды с яичным маслом

Для приготовления яичного масла взбейте масло с яичным желтком. В полученную массу добавьте мелко нарубленные белок и зелень, посолите и все вместе хорошо перемешайте. По желанию в яичное масло можете добавить перец и хрен.

Вам понадобится:

На 100 г масла —

1 крутое яйцо

1 ч. л. лука

1 ч. л. укропа

соль

перец

хрен

Бутерброды с зеленым маслом

Ломтики ржаного или пшеничного хлеба намажьте толстым слоем зеленого масла, которое готовится по следующему рецепту: укроп, петрушку и зеленый лук хорошо промойте, обварите кипятком, обсушите и мелко нарубите; нарубленную зелень смешайте с лимонным соком и маслом и немного посолите.

Зеленое масло можно хранить в холодильнике — его надо скатать колбаской и завернуть в целлофан.

Вам понадобится:

На 100 г масла —

50-70 г рубленой зелени (петрушки, укропа, лука)

1 ст. л. лимонного сока

соль

Бутерброды с сырным маслом

На кусочки ржаного или пшеничного хлеба намажьте сырное масло, тотчас же после его приготовления. Бутерброды с сырным маслом поместите в холодильник на 5-10 минут, после чего подавайте на стол.

Для приготовления сырного масла смешайте размягченное масло с тертым твердым сыром, щепоткой перца и 1 ст. ложкой сметаны.

Вам понадобится:

На 100 г сливочного масла —

70-80 г тертого сыра любого сорта

1 ст. л. сметаны

щепотка красного или черного молотого перца

Бутерброды с томатным маслом

При помощи миксера или вручную взбейте масло. Добавьте томатную пасту, сухой творог, соль, перец и еще раз все взбейте. Приготовленным томатным маслом намажьте ломтики пшеничного или ржаного хлеба.

Вам понадобится:

На 100 г сливочного масла —

1 ст. л. томатной пасты

1 ст. л. сухого творога

соль

красный перец

Бутерброды с ветчинным маслом

Ломтики ржаного или пшеничного хлеба намажьте толстым слоем ветчинного масла, которое не так трудно приготовить. Взбейте масло, добавьте пропущенную через мясорубку ветчину, сметану и еще раз все взбейте.

По желанию в ветчинное масло можете добавить немного горчицы.

Вам понадобится:

На 100 г сливочного масла—

40 г нежирной ветчины

1 ч. л. сметаны

0,5 чайной ложки горчицы.

Бутерброды с красным лимонным маслом

Взбейте при помощи миксера сливочное масло, после чего добавьте свекольный и лимонный сок, щепотку ванилина и щепотку тертого мускатного ореха. Все хорошо взбейте и намажьте толстым слоем на ломтики ржаного или пшеничного хлеба.

Вам понадобится:

На 100 г сливочного масла —

1 ст. л. свекольного сока

1 ч. л. лимонного сока

щепотка ванилина

щепотка тертого мускатного ореха

Бутерброды с грибным маслом

Для приготовления грибного масла мелко порубите вареные или маринованные грибы и хорошо смешайте с предварительно взбитым маслом. После чего полученную массу посолите, поперчите. Добавьте немного лимонного сока или уксуса и тертый на мелкой терке или

пропущенный через мясорубку лук. Все хорошо перемешайте.

Грибным маслом намажьте ломтики ржаного или пшеничного хлеба, которые сразу же после нанесения масла поместите в холодильник на 5–7 минут.

Вам понадобится:

На 100 г сливочного масла —

4 ст. ложки мелко порубленных грибов

1 луковица

1 чайная ложка лимонного сока или уксуса

соль

перец

Бутерброды с килькой

Намажьте яичным маслом ломтики ржаного хлеба, положите сверху слой очищенных килек. Бутерброды посыпьте рубленным зеленым луком.

Вам понадобится:

100 г ржаного хлеба

25 г яичного масла

4-5 килек

зеленый лук

Бутерброды с мясом

Несколько ломтиков свежее испеченного ржаного или пшеничного хлеба намажьте толстым слоем зеленого масла, сверху положите кусочки жареной свинины.

Подавайте бутерброды с мясом, предварительно украсив их веточкой петрушки.

Вам понадобится:

100 г хлеба

20 г зеленого масла

70 г жареной свинины

зелень петрушки

Бутерброды с помидорами

Намажьте ветчинным или яичным маслом несколько кусочков ржаного или пшеничного хлеба. Сверху положите кружочки помидоров, немного посолите и поперчите.

Подавайте бутерброды сразу же после их приготовления.

Вам понадобится:

300 г хлеба

15-20 г ветчинного или яичного масла

2 средних помидора

соль

перец

Бутерброды с редькой

Небольшую редьку помойте, очистите и натрите на терке. Натертую редьку смешайте со сметаной и нанесите толстым слоем на несколько ломтиков ржаного или пшеничного хлеба, предварительно намазанных ветчинным маслом.

Украсьте бутерброды веточкой петрушки и подавайте к столу.

Вам понадобится:

100 г хлеба

20 ветчинного масла

1 некрупная редька

2-3 ч. л. сметаны

Бутерброды с салатом из селедки и яблок

Селедку очистите, освободите от костей и порежьте маленькими кусочками. Подготовленную селедку смешайте с мелко порезанными яблоками, огурцом, помидором, луком и сваренным вкрутую яйцом. В полученную массу добавьте растительное масло, горчицу, сахар, перец и уксус по вкусу и все еще раз перемешайте.

На ломтики пшеничного или ржаного хлеба положите листья салата, сверху положите горкой приготовленную массу. Бутерброды перед подачей украсьте ломтиками яблок и кружочками помидора.

Вам понадобится:

4-6 ломтиков ржаного или пшеничного хлеба

200 г селедки

2 яблока

1 соленый огурец

1 луковица

2 ст. л. растительного масла

1 крутое яйцо

1 помидор

горчица

сахар

перец

уксус

Бутерброды с яблоками и сыром

Несколько ломтиков пшеничного хлеба намажьте сливочным маслом. Сверху положите толстый слой из массы яблок и сыра, которая готовится следующим образом: очищенные от кожуры яблоки и сыр натрите на

терке, после чего добавьте сметану, горчицу, перец и соль. Все тщательно перемешайте.

Подавайте бутерброды на стол, предварительно украсив их зеленью.

Вам понадобится:

4-5 кусочков пшеничного хлеба

100 г сливочного масла

2 средних яблока

100 г тертого твердого сыра

2 ст. л. сметаны

горчица

перец

соль

зелень петрушки или укропа.

Бутерброды с пастой из яблок и репы

Ломтики пшеничного хлеба намажьте бутербродной пастой, которая готовится по следующему рецепту: очищенную от кожуры репу отварите в подсоленной воде, после чего натрите ее на терке. Яблоки также очистите и натрите на терке. Репу с яблоками перемешайте со сливочным маслом и горчицей.

Подавайте бутерброды сразу же после их приготовления.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного или ржаного хлеба

100 г сливочного масла

1 репа

1 яблоко

0,5 чайной ложки горчицы.

Бутерброды с пастой из айвы

Для приготовления бутербродной пасты натрите на крупной терке айву и смешайте ее с рублеными ядрами миндаля, сливочным маслом, плавленым сыром, лимонным соком и мелко нарезанным укропом.

Пасту толстым слоем нанесите на ломтики пшеничного или ржаного хлеба.

Вам понадобится:

2-3 ломтика хлеба

2 шт. айвы

50 г сливочного масла

100 г плавленого сыра

1 ч. л. рубленого миндаля

1 ч. л. лимонного сока

1 ч. л. мелко нарезанного укропа

Бутерброды с айвой, взбитыми сливками и хреном

Ломтики пшеничного хлеба намажьте сливочным маслом. Сверху положите слой взбитых сливок с натертым на терке хреном и айвовым соком. Украсьте бутерброды ломтиками айвы и подавайте сразу же после их приготовления.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

100 г сливочного масла

0,5 стакана сливок

30-50 г хрена

2-3 ст. л. айвового сока

1 шт. айвы

Бутерброды со шпротами

Ломтики пшеничного хлеба обжарьте в духовке до появления румяной корочки. На остывший хлеб нанесите слой сливочного масла, сверху положите несколько шпрот.

Подавайте бутерброды, предварительно украсив их кусочками лимона.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

100-150 г сливочного масла

7-8 шпрот

1 лимон

Бутерброд с омлетом

Ломтики пшеничного хлеба обжарьте в масле, после чего положите на них слой заранее приготовленного и порезанного на кусочки омлета. Подавайте бутерброды, предварительно посыпав их мелко нарезанным укропом.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

1 ч. л. сливочного масла

3 яйца

3 ст. л. молока

2 ст. л. сахара

Бутерброды по-датски

Ломтики пшеничного хлеба намажьте толстым слоем сливочного масла. Сверху положите слой сыра, на него слой порезанных кружочками помидоров. С одной стороны слоя помидоров выложите дольки сваренного вкрутую яйца, с другой — отваренные в сахарном сиропе дольки яблока.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

100 г сливочного масла

100 г сыра

2 помидора

1 яйцо

1 яблоко

2 ст. л. сахара

Бутерброды с сосиской

Обжарьте в небольшом количестве масла ломтики пшеничного хлеба. Намажьте его маслом, сверху положите разрезанную вдоль предварительно обжаренную сосиску.

Украсьте бутерброд кружочками помидора и ломтиками сыра.

Вам понадобится:

1 ломтик пшеничного хлеба

50-80 г сливочного масла

1 сосиска

1 помидор

30 г сыра

Бутерброды с сыром и орехами

Несколько ломтиков белого хлеба намажьте толстым слоем массы, приготовленной по следующему рецепту: во взбитое при помощи миксера масло добавьте натертый на крупной терке сыр, орехи и все еще раз хорошо взбейте.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

150 г сливочного масла

100 г сыра

50 г очищенных орехов

Бутерброды с начинкой

Возьмите небольшую булочку, разрежьте ее вдоль таким образом, чтобы нижняя часть была больше первой. Из нижней части выньте мякиш и заполните булочку мясным салатом, который легко приготовить из отварного мяса и зелени. Наполненную салатом булочку накройте верхней частью и запекайте в духовке до тех пор, пока булочка не подрумянится.

Подавайте булочку с начинкой к чаю или в качестве закуски.

Вам понадобится:

булочка (50–70 г)

100 г мяса

зелень укропа, петрушки и лука

Бутерброды с икрой

Ломтики белого хлеба, предварительно очистив их от корки, немного обжарьте в духовке. Затем намажьте их сливочным маслом, сверху на него по краям бутерброда положите нарезанное ломтиками сваренное вкрутую яйцо. В центре бутерброда выложите слой красной или черной икры.

Подавайте бутерброд сразу же после его приготовления.

Вам понадобится:

2-3 ломтика пшеничного хлеба

1-2 яйца

100-150 г сливочного масла

50-80 г красной или черной икры

СУХАРИКИ

Сухарики «Проще простого»

Нарежьте батон тонкими ломтиками, после чего каждый ломтик обмакните во взбитые с молоком яйца. Поместите подготовленный батон на противень, посыпьте сахаром и запекайте в хорошо разогретой духовке в течение 30–40 минут.

Подавайте сухарики к чаю или молоку.

Вам понадобится:

1 батон

1 стакан молока

2 яйца

2-4 ст. л. сахара

Сухарики «Городские»

Ржаной хлеб порежьте небольшими кубиками, выложите их на смазанный маслом противень. Сверху кубики побрызгайте небольшим количеством воды, посолите и поперчите.

Готовьте сухарики в хорошо разогретой духовке в течение 30–40 минут.

Сухарики подавайте к первому блюду, при желании натерев их чесноком.

Вам понадобится:

200 г ржаного хлеба

3 ст. л. воды

соль

перец по вкусу

2 зубчика чеснока

Сухарики «Темный лес»

Тонкие ломтики батона обмакните в молоко, посыпьте маком и поместите на противень. Готовьте сухарики в хорошо разогретой духовке. Когда они подсохнут, покройте их толстым слоем крема и подавайте на стол.

Крем для сухарей «Темный лес» приготовьте по следующему рецепту: разотрите яичный желток с сахаром. Полученную смесь поставьте на слабый огонь и, постоянно помешивая, добавьте какао и горячее молоко. Когда масса загустеет, отставьте ее с огня и нанесите на сухари. Подавайте сухари к чаю или молоку.

Вам понадобится:

1 батон

1 желток

3 ст. л. сахара

1 ст. молока (3 ст. л. молока для крема)

2 ч. л. какао

2-3 ст. л. мака

Сухарики «Радость для любителей пива»

Ржаной хлеб порежьте тонкими ломтиками. Ломтики обмакните в пиво и поместите на смазанный растительным маслом противень. Подготовленные сухарики посыпьте солью.

Готовьте сухарики в хорошо разогретой духовке при средней температуре в течение 30–40 минут.

Подавайте сухарики к пиву.

Вам понадобится:

200 г ржаного хлеба

1 стакан пива

соль по вкусу

2 ст. л. растительного масла

Сухарики «Вкус лимона»

Тонкие ломтики батона обмакните в заранее приготовленную смесь. Для ее приготовления смешайте молоко, яйца, лимонный сок и сахар.

Подготовленные сухарики поместите на смазанный сливочным маслом противень и выпекайте в духовке в течение 30–40 минут.

Подавайте сухарики «Вкус лимона» к чаю, какао или молоку, предварительно украсив их дольками лимона.

Вам понадобится:

1 батон

1 стакан молока

1 яйцо

3 ст. л. сахара

2 лимона (один для сока, второй для украшения)

Сухарики «Острые зубки»

Тонкие ломтики батона опустите на несколько секунд в красное вино. Пропитанные ломтики уложите на смазанный сливочным маслом противень, посыпьте сверху измельченным арахисом или кокосовой стружкой и выпекайте в хорошо разогретой духовке в течение 30–50 минут. Когда сухари приготовятся, украсьте их целым орехом и подавайте к столу.

Сухарики «Острые зубки» являются просто незаменимой закуской на любом праздничном столе.

Вам понадобится:

1 батон

0,5 стакана красного вина

2 ст. л. сливочного масла

2-3 ст. л. толченого арахиса или кокосовой стружки

7-8 целых орехов арахиса

Сухарики «Для малышей»

Несколько тонких ломтика батона смочите молоком, обмакните во взбитые яйца и поместите на смазанный сливочным маслом противень.

Готовьте сухарики в хорошо разогретой духовке в течение 50–60 минут. По истечении этого времени сухари немного остудите и намажьте толстым слоем варенья.

Подавайте сухарики «Для малышей» к чаю или кофе, предварительно украсив их свежими ягодками.

Вам понадобится:

1 батон

2 яйца

2-3 ст. л. сливочного масла

1-1,5 стакана варенья (любого, на ваш вкус)

свежие ягодки

Сухарики «Три орешка»

Порежьте батон тонкими ломтиками и обмакните каждый в предварительно взбитые яйца. Подготовленные сухарики поместите на противень и посыпьте сверху грецкими орехами, перемешанными с сахаром.

Выпекайте сухарики в хорошо разогретой духовке.

Подавайте сухарики к чаю, какао или молоку, заранее украсив их тремя орешками арахиса.

Вам понадобится:

1 батон

2 яйца

1 ст. грецких орехов

100-150 г сахара

18-20 орешков арахиса

Сухарики «Симпатяга»

Тонкие ломтики батона поместите на противень и сушите в духовке в течение 50–60 минут. За это время перемешайте молоко с сахаром и какао

и варите на слабом огне в течение 5–7 минут. Когда сваренная масса немного остынет, смешайте ее со сливочным маслом при помощи миксера.

Готовые сухарики покройте толстым слоем приготовленного крема и вновь поставьте в духовку на 5–7 минут.

Подавайте сухарики «Симпатяга» к завтраку.

Вам понадобится:

1 батон

1 ст. молока

2 ст. л. сахара

2 ч. л. какао

100 г сливочного масла

ХЛЕБНЫЙ КВАС

Квас из ржаного хлеба с мятой

Ржаной хлеб порежьте кусочками, подсушите его в духовке в течение 15–20 минут и выложите в посуду, в которой вы будете готовить квас. Эта посуда может быть из нержавеющей стали, эмалированная или деревянная.

Поджаренный ржаной хлеб залейте кипятком и поставьте в теплое место на 10–12 часов. По истечении этого времени настоявшуюся хлебную массу процедите. В хлебной гуще размешайте дрожжи, муку и поставьте в теплое место на 1–2 часа. В это время мяту залейте небольшим количеством кипятка и варите на слабом огне в течение 10–15 минут. Готовый отвар мяты процедите и смешайте с сахаром.

Затем тщательно перемешайте хлебно-дрожжевую массу, мятный отвар с сахаром и хлебную жидкость. Накройте полотном и поставьте в темное теплое место на несколько часов. Когда появится пена, снимите ее. Квас процедите через несколько слоев марли и разлейте по бутылкам.

Храните квас в горизонтальном положении в холодном месте. Через 12–14 часов квас можно употреблять.

Вам понадобится:

2 кг ржаного хлеба

10 л воды

500 г сахара

20 г дрожжей

3 ст. л. муки

100–150 г мяты

Квас из сухарей, приготовленных из ржаного хлеба, с мятой, с изюмом и черной смородиной

Сухари, приготовленные из ржаного хлеба, залейте кипятком и поставьте в теплое место на 1–2 часа. По истечении этого времени хлебный настой процедите, гущу вновь залейте кипятком и поставьте в теплое место еще на 1–2 часа. Затем настой вторично процедите. Два процеженных хлебных раствора смешайте и добавьте воду, сахар, дрожжи, мяту, листья черной смородины и изюм.

Все хорошо перемешайте и поставьте в теплое место на 8–12 часов.

Перебродивший квас процедите и разлейте по бутылкам.

Употребляйте хлебный квас после того, как он постоит в холодном месте 2–3 суток.

Вам понадобится:

2 кг сухарей из ржаного хлеба

20 л воды

1-2 кг сахара

40 г дрожжей

50 г мяты

50 г листьев черной смородины

3-4 шт. изюма

Квас из ржаных сухарей с лимоном

Сухари из ржаного хлеба залейте кипятком и поставьте в темное теплое место на 8-10 часов. По истечении этого времени хлебный настой процедите, добавьте дрожжи, сахар, лимонный сок. Все хорошо перемешайте и поставьте в теплое место на сутки. перебродивший квас разлейте по бутылкам и плотно закупорьте их.

Окончательно готов квас будет после его хранения в течение 3 дней в холодном месте.

Вам понадобится:

1 кг сухарей из ржаного хлеба

10 л воды

4 ст. сахара

40-50 г дрожжей

сок 2 лимонов

Квас с изюмом

Сухари из ржаного хлеба залейте кипятком в эмалированной посуде и поставьте в темное место на 2–3 часа. Когда хлебный настой остынет, добавьте дрожжи, сахар и все хорошо перемешайте.

Поставьте в темное теплое место на 10–12 часов. По истечении этого времени квас процедите, добавьте изюм и разлейте по бутылкам так, чтобы в каждой бутылке оказалось несколько изюминок.

Бутылки с квасом поставьте на 2–3 дня в холодильник или погреб.

Вам понадобится:

1 кг сухарей из ржаного хлеба

4 л воды

1 ст. сахара

40 г дрожжей

2 ст. л. изюма

Квас окрошечный

Сухари из ржаного хлеба залейте кипятком и поставьте в темное теплое место на 3–4 часа. По истечении этого времени хлебный настой

процедите и смешайте с сахаром и разведенными в небольшом количестве воды с мукой дрожжами. Полученную смесь поставьте в теплое место на 5–6 часов, после чего разлейте по бутылкам.

Храните квас в плотно закупоренных бутылках в холодильнике или погребе.

Вам понадобится:

1 кг ржаных сухарей

7 л воды

30-40 г дрожжей

0,5 ст. сахара

2 ст. л. муки

Квас из ржаных корок

С 2–3 буханок ржаного хлеба срежьте поджаристые верхние корки, нарежьте их на мелкие кусочки и залейте кипятком. Посуду с готовящимся квасом плотно закройте и поставьте в теплое место на неделю. По истечении этого времени квас процедите, разлейте по бутылкам и храните в холодном месте.

Вам понадобится:

500 г корок ржаного хлеба

7-8 ст. воды

Квас украинский

Порежьте небольшими ломтиками ржаной хлеб и подсушите его в духовке. Когда хлеб станет коричневым, поместите его в посуду из нержавеющей стали и залейте кипятком. Добавьте 2/3 части ржаной муки и, накрыв полотном, поставьте посуду с готовящимся квасом в темное место на сутки. Теплой водой разведите оставшуюся ржаную муку, добавьте дрожжей и поставьте в теплое место также на сутки.

По истечении этого времени все смешайте и разведите небольшим количеством теплой воды. Квас процедите и разлейте по бутылкам.

Готов квас будет через 2–3 дня.

Вам понадобится:

1 кг ржаного хлеба

0,5 стакана ржаной муки

7 л воды

20 г дрожжей