Дачная скамеечка

ВЕЛИКОЛУКСКАЯ ПРАВДА

№ 8

Приложение к № 147 газеты «Великолукская правда»

Желтая малина

Желтая малина – вкусная и ароматная ягода. Она слаще красноплодной, поскольку имеет большее содержание сахара. Она неопасна людям, страдающим аллергией. Плоды малины включают салициловую кислоту, витамин С, соли железа, калия, меди. Много в плодах и витаминов А, В2, РР – обладающих противосклеротическими свойствами. Она предохраняет организм человека от цинги и ценится своими жаропонижающими свойствами. Ягоды употребляются в свежем, замороженном виде. Малину можно применять и для приготовления сиропов, настоек, ликеров, прохладительных напитков. Наружно отвар плодов малины употребляют для полоскания ангины и лечения иных противовоспалительных процессов. А также отвар из листьев малины применяют для лечения рожистого воспаления, примочек глаз.

Малина хорошо размножается кусками корней. Предварительно их режут по 10-15 см и укладывают плашмя на глубину 5 см. Мульчируют и поливают. Малину лучше высаживать двумя рядами с междурядьем 2 м, а между кустами 1 м. Практически на сотке площади должно быть 50 кустов. Для посадки малины выкапывают ямки шириной 50 см глубиной 45 см. Причем верхний слой складывают отдельно, а средний отдельно. В выкопанную ямку кладут перепревший навоз из расчета 2 ведра на погонный метр ряда, с добавлением по 1 л золы и 60-70 г суперфосфата двойного (на погонный метр).

Малину выращивают кустовым или ленточным способом. При кустовом способе выращивания в каждом кусте формируют 10-12 наиболее сильно развитых побегов. При ленточном размещении побеги оставляют равномерно по всей длине ряда из расчета 10-12 шт. на 1 м ряда.

После формирования малинника любым из указанных способов устанавливают шпалеру. Простейшая шпалера – это натянутые проволоки по обеим сторонам ряда на высоте 1,2-1,5 м. На концах ряда ставят столбы на высоте 80 см с перекладиной, которая требуется для крепления шпалеры. Эти шпалеры правильно позволяют организовать рост и плодоношение малины.

Двулетние побеги равномерно прикрепляют мягкой проволокой поочередно к обеим шпалерам. Таким образом, плодоносящие побеги оказываются по обе стороны ряда малинника, а средняя остается свободной для растущих молодых побегов текущего года. Для них создаются благоприятные условия освещения. Попадая в хорошие условия, побеги вырастают толстые, мощные, не вытягиваются и закладывается основа будущего урожая.

Какие бывают формировки у малины. После посадки кустов не оставляют длинных веток, поскольку прироста на будущий год не получится. Лишенный корней кустик будет пытаться сохранить ветку в живых, и если не погибнет, то сильно задержится в развитии. Побеги срезают практически до земли. В мае следующего года, когда сильные побеги достигают полуметра, прищипывают их верхушки. Они дадут две-три веточки. Когда они вырастут на полметра, их прищипывают, если новые веточки будут расти, их еще прищипывают. Весной новые побеги прищипывают и получается деревце, облепленное веточками с живыми почками. Такое деревце даст больше вкусных, пригодных к реализации плодов.

Теперь необходимо помнить, что часть кустов малины, которая находится выше натянутой шпалеры, должна быть не выше 35-40 см, в противном случае под тяжестью большого урожая она перегибается через шпалеры и ломается.

После схода снега приступают к уходу за малиной, поднимают пригнутые на зиму побеги, тщательно осматривают их, удаляют поломанные. Проверяют есть ли подмерзшие побеги, которые полностью удаляют, а если подмерзли только верхушки, то укорачивают только до замороженной части. Остальные побеги обрезают, но не более чем на 10-12 см. Эта обрезка способствует началу ветвления побегов, на которых образуется основная часть урожая. При обрезке некоторые садоводы-любители делают большую ошибку, обрезая весь ряд на большой высоте. Тем самым теряется при этом большая часть урожая, поскольку при такой обрезке у тех побегов, которые выросли значительно выше других, обрезается и выбрасывается часть побега, а вместе с ней и часть плодовых почек, то есть будущие ягоды.

Молодые побеги появляются в начале лета. Из них оставляют наиболее мощные, а остальные вырезают у самого основания. Удаление лишних побегов продолжают в течение всего лета, не допуская их роста выше 10-15 см. Если их оставить расти, то они, во-первых, потребляют большое количество питательных веществ от материнского растения, во-вторых – загущают малинник. Побеги, оставленные на замену отплодоносивших, вытягиваются в борьбе за свет и вырастают ослабленными.

Осенью после сбора урожая по возможности пониже, у самой земли, вырезают все отплодоносившие побеги, не дожидаясь глубокой осени. Обычно их удаляют из сада и сжигают, чтобы уничтожить и обосновавшихся там вредителей и болезни. Малина даёт хорошие урожаи 10-11 лет, потом урожаи снижаются и кусты нужно заменить молодыми, используя для это хорошо развитые корневые отпрыски.

Возможно решить эту проблему, избегая лишней трудоемкости работ, когда в ряду малинника рядом с кустом, требующим замены, появляется мощный молодой побег. Его оставляют как основу будущего куста, а старый куст аккуратно выкорчевывают. Таким образом малинник сам постепенно обновляется без пересадки.

На зиму кусты малинника пригибают. Некоторые садоводы при подготовке малинника к зиме допускают грубую ошибку. Перед наступлением зимы они собирают кусты в пучки, аккуратно связывают в стоячем положении и так оставляют зимовать. В этом случае в суровые зимы возникает большая опасность вымерзания цветочных почек, которые находятся выше снегового покрова. Менее устойчивы к морозу цветочные почки, поврежденные в первую очередь.

Весной, когда малинник распускает листья, необходимо осмотреть кусты и вырезать подмерзшие. Для уменьшения подмерзания кустов до наступления отрицательных температур кусты подгибают к земле как можно ниже и затем закрепляют. Выполнение этой работы позже, при минусовых температурах, приводит к ломке замерзших побегов. Поэтому необходимо торопиться с выполнением этой операции.

Важное значение в повышении продуктивности играет питание малины. Малина предъявляет высокие требования к режиму питания. От правильного питания зависит крупность ягод, поражаемость болезнями, вымерзаемость кустов в зимний период.

(Окончание на стр.3)

ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ НА АВГУСТ

Август придет – свои порядки заведет

Главная задача садовода в августе – добиться прекращения роста побегов текущего года в длину. Формирование верхушечной почки и вызревание побегов лучше подготовят растение к зиме.

По завершении сбора малины вырезают отплодоносившие и поврежденные ветви.

Овощи и в августе нуждаются в нашем уходе – рыхлении и подкормках. Картофельную ботву следует скосить за 2 недели до того, как планируете начать «копать картошку» - клубни лучше вызреют.

Август - пора обильного плодоношения томатов и перцев. Верхушки у томатов в это время нужно удалить, оставив над верхней кистью пару листов. Это ускорит созревание завязавшихся плодов.

При уходе за цветами в августе на первое место выступает омолаживающее деление и пересадка многолетников. Готовятся к посадкам луковичных цветов. Для них заранее делают грядки и рабатки. На глинистых почвах вносят под перекопку песок и компост. При необходимости почву известкуют.

Народные приметы о погоде в августе:

Августовская ночь - длинна, вода - холодна.

Август навстречу осени бежит вприпрыжку.

В августе зима с летом начинает бороться.

Фазы Луны на август 2023 года

Полная Луна
1 августа 2023

Третья четверть
8 августа 2023

Новая луна
16 августа 2023

Первая четверть
24 августа 2023

Полная Луна
31 августа 2023

С 1 августа по 2 августа – *ПОЛНОЛУНИЕ:*

Не рекомендуется ничего сажать, пересаживать, обрезать, пасынковать и прищипывать. Неблагоприятные дни для засолки. (Не стоит солить, например, огурцы или томаты в полнолуние.) Можно рыхлить и мульчировать землю. Сбор цветов, листьев и травы лекарственных и пряных растений. Над ремонтантной земляникой можно начать устанавливать пленочные укрытия. Обработка и очистка освободившейся земли. Внесение органических и минеральных удобрений, можно провести известкование.

С 2 августа по 3 августа – *убывающая Луна в знаке Водолея:*

В этот не самый удобный для работ на пленэре промежуток времени после полнолуния возможна сушка трав, овощей и фруктов.

С 3 августа по 5 августа – *убывающая Луна в знаке Рыб:*

Полив и проведение подкормок фосфорно-калийными удобрениями. Борьба с сорняками. Обработка земли. Пересадка многолетних цветов. Сбор лекарственных и пряных растений. Продолжение сбора очередных партий ягод, овощей для быстрой переработки. Хорошее время для засолок (благоприятные дни для засолки огурцов по зодиакальному положению Луны), консервирования, сушки и замораживания. Подготовка тары и места хранения урожая.

С 5 августа по 7 августа – *убывающая Луна в знаке Овна:*

Проведение формирующей и омолаживающей обрезки малины, смородины, крыжовника, жимолости. Лучшее время для внесения компоста или полуперепревшего навоза с лежалым опилом под плодовые деревья. Подготовка гряд, прополка сорняков, опрыскивание от вредителей и болезней. Окучивание корневой шейки георгин для предохранения от заморозков. Выкапывание не зимующих многолетних цветов. Обрезка стеблей отцветших многолетних цветов. Уборка осенних яблок для переработки и недлительного хранения. Лучшее время для уборки на хранение картофеля, моркови, свеклы, редьки (убранный в это время урожай будет очень хорошо храниться). Сбор облепихи, черноплодной и краснoплодной рябины и их консервирование.

С 7 августа по 9 августа – *убывающая Луна в знаке Тельца:*

Перекопка почвы и формирование гряд. Борьба с вредителями, которые обитают в земле. Хорошо проходит укоренение саженцев деревьев и кустов. Благоприятный период для санитарной обрезки деревьев и кустарников. Мульчирование малинника корой, опилом, полуперепревшим навозом. Выкопка, деление и пересадка многолетних цветов: лилий, ирисов, дельфиниумов и пионов, мелколуковичных. Заготовка корневых овощей для длительного хранения. Благоприятное время для уборки корнеплодов.

С 9 августа по 12 августа – *убывающая Луна в знаке Близнецов:*

Посадки и пересадки лучше не проводить. Подготовка гряд и посадочных ям, прополка сорняков, опрыскивание от вредителей и болезней. Выкопка не зимующих многолетних луковичных цветов. Разбрасывание под деревьями, кустарниками и на грядах компоста, полуперепревшего навоза и лежалых опилок. Проведение формирующей и омолаживающей обрезки смородины и крыжовника, вырезка отплодоносивших побегов малины. Удаление больных и неурожайных деревьев и кустарников. Пригибание до земли ветвей стланцевых деревьев и пришпиливание их крючками. Снятие и сжигание ловчих поясов. Подготовка черенков для зимних и весенних прививок. Сбор урожая для длительного хранения, а также семян и корнеплодов на семенники. Уборка на хранение картофеля, моркови, свеклы, редьки.

С 12 августа по 14 августа – *убывающая Луна в знаке Рака:*

Сбор урожая корнеплодов (редис, репа, картофель и др.). Обработка отплодоносившей земляники. Обработка огурцов и томатов в теплицах, направленная на уничтожение грибковых и бактериальных заболеваний. Уборка овощей в теплицах, помещение ботвы в компост при отсутствии заболеваний. Сбор и переработка собранных грибов, овощей и ягод; заготовка соков и вина.

С 14 августа по 15 августа – *убывающая Луна в знаке Льва:*

Сбор и переработка собранных овощей, ягод (облепихи и др.), яблок и их переработка. Работы с грунтом в парниках и теплицах – перекопка и удаление (полное или частичное). Подготовка посадочных ям для осенней посадки плодовых деревьев и ягодных кустарников.

С 15 августа по 18 августа – *НОВОЛУНИЕ:*

Не рекомендуется ничего сажать, пересаживать, проводить какие- либо работы с растениями. Неблагоприятные дни для засолки, маринования огурцов и томатов. Возможны любые хозяйственные работы, работа с почвой.

С 18 августа по 19 августа – *растущая Луна в знаке Девы:*

Деление и пересадка многолетних цветов: пионов, ирисов, ландышей, примул и пр. Сбор овощей и ягод и их переработка. Внесение органических удобрений под кустарники и землянику. Компостирование или сжигание ботвы. Подготовка посадочных ям для осенней посадки плодовых деревьев и ягодных кустарников. У смородины необходимо обрезать тонкие однолетние побеги, оставляя 4-5 сильных, провести прищипывание верхушек.

С 19 августа по 22 августа – *растущая Луна в знаке Весов:*

Неблагоприятное время для поливов и жидких подкормок. Благоприятное время для посева кресс-салата, руколы, шпината, кервеля для получения поздней зелени. Благоприятный период для посадки, подкормки, деления и пересадки многолетних цветов и лекарственных растений. Закладка новых плантаций земляники. Обработка земляники от долгоносика. Окучивание черешкового сельдерея и лука-порея, мульчирование посадок. Окучивание корневой шейки георгинов для предохранения от ранних заморозков. Вырезка отплодоносивших ветвей малины. Подготовка посадочных ям для осенней посадки деревьев и кустарников. Внесение минеральных удобрений под цветы.

С 22 августа по 24 августа – *растущая Луна в знаке Скорпиона:*

Благоприятное время для посева кресс-салата, руколы, шпината, кервеля для получения поздней зелени. Благоприятное время для посева и посадок всего, что можно еще высадить, например, зеленные культуры для уплотнения. Размножение делением многолетних цветов. Если у белокочанной капусты завязывается рыхлый кочан, то необходимо провести внекорневую подкормку микроэлементами. Закладка новых плантаций земляники. Благоприятные дни для засолок и консервирования.

С 24 августа по 26 августа – *растущая Луна в знаке Стрельца:*

Сбор цветов и листьев лекарственных растений; сбор семян и корнеплодов на семенники. Сбор плодов для быстрого употребления, но не для долгого хранения. Посев озимых зерновых культур, в том числе в качестве зеленых удобрений. Сбор растительных остатков для теплиц и парников. Обработка хранилищ под овощи. Внесение в почву минеральных удобрений.

С 26 августа по 28 августа – *растущая Луна в знаке Козерога:*

Благоприятное время по лунному календарю для посева кресс-салата, шпината, кервеля, пекинской капусты (листовой скороспелой) в теплицах и открытом грунте для осеннего употребления. Возможны деление и пересадка корневищ пионов, ирисов и прочих многолетников. Проведение подкормок плодово-ягодных культур фосфорно-калийными удобрениями и корневых подкормок поздних овощных культур. Посадка и пересадка растений, зимующих в открытом грунте. Сбор органики для заправки теплиц и парников. Посадка деревьев и кустарников и многолетних цветочных растений черенками. Обработка огурцов в теплицах от грибковых, бактериальных болезней и от вредителей. Уборка урожая: лучше все собранное употреблять в свежем виде.

С 28 августа по 30 августа – *растущая Луна в знаке Водолея:*

Неблагоприятные дни для проведения поливов и корневых подкормок. Рыхление почвы, подготовка гряд, посадочных ям, прореживание всходов, обрезка усов земляники. Проверка подпор под плодоносящими деревьями. Над ремонтантной земляникой устанавливают пленочные укрытия, для продления плодоношения. Очень хорошо собирать урожай для долгого хранения, семена и корнеплоды на семенники. Сбор органики для последующей заправки теплиц и парников. Подготовка погребов к новому сезону: проветривание, побелка и опрыскивание известью, окуривание серными шашками.

С 30 августа по 1 сентября – *ПОЛНОЛУНИЕ:*

Не рекомендуется ничего сажать, пересаживать, обрезать и прищипывать. Неблагоприятные дни для засолки. Можно рыхлить и мульчировать землю. Сбор цветов, листьев и травы лекарственных и пряных растений. Обработка и очистка освободившейся земли, внесение органических и минеральных удобрений, можно провести известкование почвы.

Желтая малина

(Окончание. Начало на стр. 1)

Органические удобрения в виде перегнившего навоза, компостов необходимо вносить на плантациях малины. Их нельзя заменить чем-то иным. Органические удобрения обогащают почву питательными веществами, улучшают структуру почвы, ускоряют рост корневой части малины. В молодых малинниках, если почва была хорошо заправлена навозом, можно его не вносить 2-3 года. В дальнейшем органические удобрения вносят один раз в три года. Органические удобрения равномерно разбрасывают под кустами малины и тщательно почву перекапывают, заделывая удобрения. Если оставить органические удобрения без заделки, то азот, содержащийся в них, улетучивается и тем самым ухудшается питание малины. Самым благоприятным периодом внесения органических удобрений, считается осень. Если не удалось внести органику осенью, можно вносить её весной под перекопку почвы.

Минеральные удобрения вносят ежегодно. Они содержат три элемента питания – азот, фосфор, калий. Азотные удобрения хорошо растворяются и быстро поглощаются растениями. Поэтому эти удобрения вносят весной и в первую половину лета в период усиленного роста растений. Избыток азотных удобрений вызывает усиленный рост, появляется необычно много побегов, листьев, значительно увеличивается объем растений. Фосфорные и калийные удобрения медленнее, чем азотные, усваиваются почвой, поэтому их вносят с осени под перекопку почвы. Под малину вносят 6-8 кг навоза или компоста, 20 г аммиачной селитры, суперфосфата порошковидного – 45 г, калийной соли – 18 г из расчёта на 1 м2. Нельзя вносить азот (после 1 августа) так как он задерживает вызревание тканей у кустарников.

Количество органических и минеральных удобрений, вносимых в почву, должно согласовываться с содержанием питательных веществ в почве. Подкормки под малину вносят в начале весеннего роста, в период усиленного роста в конце июня.

Для роста и развития малины необходимо давать регулярный полив. Полив проводится дождеванием или по бороздам. Полив выполняется в следующие сроки: перед цветением, перед созреванием ягод и один, два, три раза в период налива ягод. Нормы полива малины составляют 3-3,5 ведра воды на 1 м2. Полив проводится дождеванием или поливом по бороздам, чтобы не повреждать корневую систему и сами растения. После полива борозды и междурядья малины рыхлят, чтобы избежать испарения воды из почвы.

Сбор ягод малины проводят периодически по мере созревания. Плоды малины очень нежные, поэтому их необходимо убирать аккуратно, не повреждая ягоды. При перезревании ягоды обсыпаются и бывают ощутимые убытки.

В.Ю. Гусев,
кандидат биологических наук.

СОВЕТЫ ДЛЯ САДОВОДОВ И ОГОРОДНИКАМ

♦ При плохом росте моркови грядки с этой культурой поливают раствором соли – 1 ст. ложка на 10 литров воды.

♦ Огурец требователен к влаге, особенно во время цветения и плодоношения. Однако, в начале цветения поливы лучше сократить, а затем вновь усилить. Это способствует более скорому образованию плодов.

♦ При жаркой погоде огурцы вместе с обильными поливами сочетают частые опрыскивания.

♦ Пыльца огурца погибает при t>30ºС Поэтому в это время в теплице нужно расставить емкости с водой.

♦ Низкие температуры и резкие перепады дневных и ночных температур являются причинами ухудшения вкусовых качеств огурца. Также огурцы совсем не терпят сквозняков.

♦ Повышенное содержание в воздухе углекислоты ускоряет созревание плодов и увеличивает урожай. Поэтому в теплицы полезно ставить емкость с коровяком и время от времени перемешивать.

♦ Если в начале лета на растениях перца завязалось несколько плодов, а цветение прекратилось, то эти плоды надо выщипать. Растения после этого начнут цвести с удвоенной энергией и к концу сезона дадут высокий урожай.

Народные средства от вредителей капусты

Сочные листья капусты кажутся настоящей приманкой для вредителей: капустной тли, гусениц, крестоцветных блошек. Особенно много бед вредители капусты доставляют неопытным огородникам, не знающим, что урожай может быть полностью испорчен паразитами, которые любят полакомиться всеми частями растения, включая корни.

На рынке товаров для сада и огорода средства от вредителей капусты представлены довольно широко. Одна беда: в своей основе они так или иначе имеют химические соединения разной степени токсичности. Несмотря на заверения специалистов, что при правильном использовании эти составы безвредны для человека, огородники совершенно обоснованно опасаются химических инсектицидов.

КАК ЖЕ ВЫРАСТИТЬ КАПУСТУ БЕЗ ХИМИИ?

Профилактика вредителей капусты

Предупредить появление вредителей капусты помогают несложные меры:

• тщательная уборка и утилизация (лучше всего – сжигание) растительных остатков после сбора урожая капусты;

• перекопка и разравнивание почвы (в осеннее время);

• по возможности ранняя высадка рассады в грунт, чтобы она успела окрепнуть до появления вредителей;

• защита капустных гряд укрывными материалами: это самый простой способ избежать нападения крестоцветной блошки и не дать бабочкам-белянкам отложить яйца, из которых потом появятся гусеницы;

• весной и летом – выпалывание сорняков, родственных капусте: сурепки, пастушьей сумки, ярутки полевой. Вредители капусты поселяются на них и впоследствии переносятся на гряды.

Сетка защищает капусту от бабочек.

Защитить капусту от вредителей можно и на стадии высадки в грунт, посадив рядом другие огородные растения.

• Чеснок. Он выделяет летучие вещества, которые отпугивают капустных мух.

• Укроп или томаты. Предупреждают появление капустной тли.

• Шалфей своим запахом отгоняет капустную совку.

• Бораго (огуречная трава) защищает от нападения слизней.

• Полынь, мята и пижма отпугивают капустных мух и гусениц капустной белянки.

К сожалению, профилактика не гарантирует стопроцентную защиту капусты от вредителей, поэтому будьте готовы регулярно осматривать посадки на предмет появления незваных гостей.

ВРЕДИТЕЛИ КАПУСТЫ И НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ОТ НИХ

На капусте завелась тля

На листьях появляются белые и бурые точки, листья обесцвечиваются, сворачиваются, побеги и бутоны приобретают синевато-розовый оттенок. Приостанавливается развитие кочанов, капуста начинает отставать в росте. Скопления тлей можно разглядеть невооруженным глазом: это серо-зеленоватые ползучие насекомые около 2 мм длиной, покрытые беловатой восковой пылью.

Тля на капусте

Чем обработать капусту от тли? Народные методы

Если посадки капусты невелики, а колонии тлей удалось заметить рано, может помочь простое обтирание листьев тряпочкой с раствором хозяйственного мыла (300-400 г мыла на 10 л воды). Через неделю процедуру нужно повторить.

Также к народным средствам от капустной тли относятся следующие.

1. Настой томатной ботвы и луковой шелухи.

Для приготовления понадобится 0,5 кг луковой шелухи и 1,5 – 2 кг ботвы или пасынков помидоров. Ботву заваривают 5 литрами кипятка и настаивают около 4 часов, затем кипятят 3 часа, процеживают и добавляют воду в пропорции 1:2. Шелуху заливают горячей водой (ок. 2 литров) и настаивают не более двух суток, после чего добавляют еще 2 литра воды и немного жидкого мыла. После этого оба настоя смешивают и опрыскивают получившимся составом капусту.

2. Настой из золы, табачной пыли, горчицы и жидкого мыла.

Берут по стакану табачной пыли и золы и по столовой ложке горчицы и мыла, заливают горячей водой (10 л) и настаивают сутки. Табачная пыль – одно из самых распространенных средств от вредителей: она безвредна для растений и человека, недорого стоит и проста в применении.

3. Отвар табака.

В 2 литра воды засыпают 400-500 г табачных листьев, кипятят 2 часа, после чего процеживают, добавляют около 50 г мыла и разводят получившийся состав в ведре воды.

4. Отвар чеснока, который применяется как универсальное средство против большинства капустных вредителей.

Для приготовления отвара берут 700-800 г чеснока (желательно луковиц вместе с шелухой), заливают 10 л кипятка и кипятят 2 часа. Перед поливом разводят водой в пропорции 1:1.

На капусте поселились гусеницы. Прожорливые гусеницы – это личинки двух видов бабочек: капустной совки и хорошо всем знакомой капустной белянки. Мелкие гусеницы совки чаще всего обитают внутри кочана, поэтому при беглом осмотре капусты их можно заметить не сразу.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ОТ ГУСЕНИЦ НА КАПУСТЕ

- настой золы и дегтярного шампуня (мыла): на стакан золы берут чайную ложку шампуня и 5 литров воды, настаивают сутки, затем опрыскивают капусту;
- обсыпка капусты пищевой содой;
- опрыскивание настоем ботвы томата и луковой шелухи. Им же можно обработать капусту и от тлей;
- ручной сбор гусениц (если вы выращиваете мало капусты);
- привлечение ос – естественных врагов гусениц. Опрыскивание капусты сладкой водой, разведенным вареньем или сиропом приманивает этих хищных насекомых к капустным грядам.

Иногда можно встретить совет развешивать на капустных грядках яичную скорлупу. Считается, что она отпугивает бабочек: они якобы принимают скорлупки за крылья конкуренток, раньше занявших место. Статистики, подтверждающей действенность этого способа, не существует, но попробовать стоит.

В КАПУСТЕ ПОЯВИЛИСЬ ЖУКИ

Чаще всего посадки капусты атакуют крошечные прыгающие жучки – синие, зеленые, полосатые или черные с отливом. Это разные виды крестоцветной блошки, одного из злейших врагов капусты. Крестоцветная блошка объедает листья и способна очень быстро оставить от них одни прожилки. Она опасна для совсем молодых растений, потому что листья у них мягкие и нежные. Жесткие листья взрослых растений не привлекают жучков, так что главная задача огородника – защитить рассаду, пока она не окрепнет. Первые признаки поражения крестоцветной блошкой – мелкие дырочки в листьях.

Повреждение капусты крестоцветной блошкой.

Народные средства от крестоцветной блошки

- добавление в воду для полива пихтового масла, запах которого блохи не переносят;
- полив с обычным шампунем от блох, который можно купить в зоомагазине;
- опудривание посадок жгучим перцем, гашеной известью, золой или смесью табачной пыли и золы в соотношении 1:1. Делать это следует по влажным листьям, чтобы средство могло на них закрепиться. После дождя или полива защитный слой нужно возобновлять.

Для опрыскивания:

- настой куриного помета в небольшой концентрации (1:20), выдержанный в течение 6-7 дней;
- настой золы и дегтярного мыла (шампуня);
- смесь из пропущенного через мясорубку чеснока (1 стакан), помидорной ботвы (1 стакан) и жидкого мыла (1 ст. л.), разведенная в 10 л воды;
- настой табака с добавлением мыла;
- уксус, сильно разведенный водой (250 мл 9 % уксуса на ведро воды);

Повреждение капусты вредителями

В капусте могут появиться и листоеды – это тоже жуки, но более крупных размеров (до 5 мм), темно-зеленые, с металлическим блеском. Капустный листоед прогрызает в листе довольно большие отверстия или выедает выемки по краю. Обработать капусту от листоеда рекомендуется табачной пылью, гашеной известью, золой или смесью всех названных ингредиентов.

КАПУСТУ ОБЪЕЛИ СЛИЗНИ И УЛИТКИ

Эти неторопливые и обманчиво безобидные создания способны нанести капусте серьезный урон. Питаются они в основном по ночам и выгрызают в капустных листьях дыры и целые борозды.

Слизни и улитки на капусте

Как вывести слизняков народными средствами:

- Посыпать землю горчичным порошком или толченой яичной скорлупой;
- удалить нижние листья, чтобы слизни не могли заползти на кочан с земли, или соорудить специальный «воротничок», закрывающий нижнюю часть кочана.
- опрыскать почву настоем горького перца;
- полить капусту водой с добавлением нашатырного спирта (50 мл на 5-6 л воды), дождаться, когда слизни выползут из кочанов и земли, затем повторить процедуру.

Защита молодой капусты от медведки и других вредителей

КАПУСТНАЯ МУХА: ВРАГ-НЕВИДИМКА

Опасность капустной мухи в том, что результаты жизнедеятельности ее личинок становятся заметны далеко на сразу, а сама муха на вид мало отличается от обычной. В конце мая это насекомое откладывает яйца прямо в корневую шейку молодой капусты или в почву рядом с ней. Вылупившиеся личинки внедряются в корневую систему и провоцируют загнивание и гибель корней. Признаки поражения: увядший вид растения, остановка роста, потемнение нижнего листа до свинцового цвета.

Обрабатывать саму капусту от мухи бесполезно, потому что личинки атакуют подземную часть растения.

Защитить капусту от мухи без применения химических инсектицидов можно, только помешав кладке яиц. Для этого землю вокруг капусты посыпают смесью нафталина и песка (1:7) или табачной пыли с известью (1:1) в количестве около 300 г на кв. м.

О НЕДОСТАТКАХ НАРОДНЫХ СРЕДСТВ

Существенный минус борьбы с вредителями капусты без химических средств – необходимость часто повторять обработку: опрыскивание, опудривание, лечебный полив и пр. Эффект натуральных средств нестоек и для получения урожая его нужно постоянно возобновлять. Однако наградой за труды станет вкусная, хрустящая, крепкая, а главное – экологически чистая капуста, которую можно смело предлагать детям.

СОВЕТЫ ДОМАШНЕГО МАСТЕРА

* * *

Вышедший из строя поплавок бачка унитаза можно заменить полиэтиленовым флаконом из-под шампуня, других моющих средств, герметически закрыв его и привязав к рычагу впускного клапана.

* * *

При соединении трубопроводов в качестве герметика предлагается использовать жевательную резинку. В размягченном виде ее наносят тонким слоем на резьбу и накручивают муфту.

* * *

Резиновые шланги небольших диаметров можно соединять с помощью куска бамбука. Утолщения в междоузлиях хорошо удерживают шланги.

* * *

Прочистить засорившуюся трубу поможет пылесос. Присоединив гибкий шланг к выходному отверстию пылесоса, а патрубок (удлинительную трубку) - к сливному отверстию раковины умывальника или ванны, включайте пылесос. Через 2-3 минуты водосток будет надежно прочищен. Соединение патрубка с водосливным отверстием должно быть плотным. Достичь этого можно с помощью резиновой шайбы или в крайнем случае мокрой тряпки.

* * *

Разболтавшаяся резиновая груша будет плотно прилегать к кромке сливного отверстия, если вставить внутри нее шарик для настольного тенниса.

* * *

Где расход воды учитывается счетчиком, бережливые люди кладут в смывной бачок кирпич. Таким образом, каждый раз утекает воды на один кирпич меньше.

* * *

Прохудившаяся дровяная водогрейная колонка еще может послужить в качестве печи. Через верхнее водяное отверстие в корпус заливают раствор глины с песком, закупоривающий дыры. Затем засыпают до отказа песок. Нижнюю водяную трубку заглушают, а верхнюю оставляют для выхода водяных паров. Печь с таким глино-песчаным накопителем тепла долго не остывает.

* * *

В раковине плохо стекает вода. Всыпьте в горловину слива горсточку соды. Наберитесь терпения и дождитесь, пока сода исчезнет в дырочках решетки. Теперь влейте в раковину полстакана уксуса. Через секунду-другую вы услышите результат своей работы - в сливном колене что-то забурлит, будто закипающая вода. Это реакция щелочи и кислоты. Открывайте кран, промывайте сливное колено водой. Все в порядке.

* * *

В защитный металлический кожух-трубу электропровод втаскивают нитью, которую, в свою очередь, пропускают сквозь кожух, привязав к грузику. Однако если кожух имеет несколько колен, сделать это не удастся: из-за трения нити о стенки трубы грузик может застрять. В таком случае намотайте нить на металлическую шпулю от швейной машинки и запустите в трубу. Шпуля прокатится внутри кожуха, разматывая нить.

Почему крапива обжигает кожу и какие средства действительно помогают

Листья многих растений приспособлены для отпугивания травоядных животных. Вот и у крапивы развились стрекательные клетки как подобное приспособление. Но с такой плохой репутацией есть ли причина возжелать крапиву? Ответ однозначный: «Да». А как поскорее облегчить боль от крапивных укусов, мы сейчас расскажем.

Помните ли вы сказку Ганса Христиана Андерсена «Дикие лебеди», в которой героиня сплела из крапивы кольчуги и избавила братьев от заклятья? Чтобы крапива не жалилась, ее ошпаривали кипятком («крапили», отсюда и русское название растения), и многие века из крапивного сырья ткали полотна вплоть до открытия и распространения хлопка. В сильную жару рыба или мясо, обложенное крапивными листьями, сохраняют свежесть нескольких часов – это вам подтвердит любой южанин. Растет крапива повсеместно на сырых почвах, не требует практически никаких хлопот – ну не прелесть? Так почему столь ценное растение так больно жалится и как облегчить боль от ожогов?

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О КРАПИВЕ

Наибольшее распространение в России имеют крапива двудомная (Urtica dioica) и крапива жгучая (Urtica urens). Оба вида – прямостоячие растения, которые хорошо известны своими жгучими волосками. Хотя их часто называют крапивой двудомной, это ошибочно. Несмотря на схожесть причин раздражения кожи, эти два вида различаются по своей биологии.

1. Крапива жгучая, также известна как карликовая крапива, или мелкая крапива.

Это однолетний широколистный сорняк небольшого и среднего размера, распространенный в садах. Растения стройные, прямостоячие, с редкими четырехугольными стеблями. Жгучие волоски на стеблях и листьях длинные. Также могут присутствовать более короткие неуставные волосы. Два противоположных стебельчатых листа имеют зубчатые края. Произрастает в Европе, встречается на западе США, но не поднимается в горы. Заполоняет заброшенные участки, насыпи канав и обочины дорог, но также может быть проблемным сорняком в садах.

Крапива жгучая – однолетник

Семена жгучей крапивы прорастают с поздней осени до ранней весны. Растения могут давать жизнеспособные семена в течение пяти недель после прорастания. Как однолетнее растение, погибает в течение одного года.

2. Крапива двудомная

Это высокорослый многолетний широколистный сорняк, который часто растет колониями. Крапива двудомная имеет два широко распространенных подвида, которые включают подвид gracilis, широко известный как крапива прибрежная, а также подвид holosericea, ручейная крапива, живая крапива, седая крапива или горная крапива. Этот вид обычно заселяет влажные невозделываемые территории, включая пустоши, берега рек, ряды изгородей и обочины дорог, и иногда является проблемой для садов и виноградников. Обычно это не проблема для садовых и пропашных культур.

Крапива двудомная

Семядольные листья от округлых до овальных лишены волосков, за исключением нескольких жгучих волосков. Первые настоящие листья имеют крупнозубчатые края на коротких черешках. Поверхность листьев покрыта как жгучими, так и не жгучими волосками. Отдельные мужские и женские цветочные группы расположены у основания черешков, беловато-зеленые и незаметные.

Семена крапивы двудомной прорастают весной. Подземные стебли или фрагменты корневища также могут развиваться в зрелые растения при благоприятных условиях. Часто большие скопления растений вырастают из корневищ на невозделываемых территориях. Как многолетнее растение, может жить несколько лет, вырастая из корневищ.

ПОЧЕМУ КРАПИВА ОБЖИГАЕТ КОЖУ

Растения крапивы содержат длинные тонкие полые волоски, покрывающие большую часть стебля и нижнюю часть листьев. Укусы крапивы содержат в незначительном количестве муравьиную кислоту, но они также содержат гистамин и другие химические вещества:

- гистамин
- ацетилхолин
- серотонин
- лейкотриены
- мороидин

Когда кожа человека соприкасается с листом или стеблем, на ней часто быстро появляются красноватые пятна, сопровождающиеся зудом и жжением. Часто длительное покалывание может сохраняться на пораженной коже более 12 часов даже после исчезновения видимых симптомов.

Колючие волоски крапивы состоят из тонкой трубчатой структуры с твердой круглой луковицей на кончике и более мягким сосудом у основания. Он разламывается при контакте с кожей и обнажает острие иглы. Когда кончик соприкасается с кожей и проникает в нее, он делает инъекции раздражающих веществ под кожу, и из луковицы выделяется серотонин, ацетилхолин и гистамин, вызывая боль и местную воспалительную реакцию.

Муравьиная кислота, выделяемая крапивой, также может способствовать укусу, но, поскольку она выделяется в небольших количествах, ее роль неясна и ничтожно мала.

Реакция на укус крапивы называется раздражающим дерматитом. Точные детали до сих пор неизвестны, но именно гистамин вызывает первоначальную реакцию, когда крапива жалит. Хотя все вышеперечисленное способствует болезненному переживанию от укуса крапивы, ученые пока не объясняют, почему действие укуса крапивы столь продолжительно. Возможно, между химическими веществами есть синергетический эффект. Кроме того, винная кислота и щавелевая кислота – это два соединения, выделенные из разных видов крапивы двудомной, которые участвуют в затяжном эффекте. Однако дальнейшие исследования могут устранить пробелы в нашем понимании.

КАК ВЛИЯЕТ НА КОЖУ КРАПИВНЫЙ ОЖОГ

Сыпь от крапивы проявляется в виде выпуклостей или крапивницы, часто светлых по цвету и до сантиметра в диаметре. Кожа вокруг крапивницы может быть красной. Площадь поражения кожи зависит оттого, какая часть кожи контактировала с крапивой. В нормальных условиях сыпь от крапивницы должна исчезнуть в течение 24 часов.

При контакте с крапивой обычно ощущается покалывание. После этого сыпь обычно вызывает зуд.

В редких случаях у некоторых людей может возникнуть аллергическая реакция на крапиву. В этих случаях следует немедленно обратиться за медицинской помощью.

Симптомы тяжелой аллергической реакции на крапиву:

- стеснение в груди или горле
- затрудненное дыхание
- хрипы
- отек во рту, включая язык или губы
- сыпь на участках, которые не соприкасались с крапивой (может быть по всему телу)
- спазмы желудка
- рвота
- понос

Ожог крапивы

КАК В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ ПОМОЧЬ ПРИ КРАПИВНОЙ СЫПИ

Если аллергической реакции нет, существует несколько методов, которые можно использовать в домашних условиях, чтобы облегчить симптомы крапивной сыпи. Важно постараться не прикасаться к сыпи в течение первых 10 минут после укуса. Это связано с тем, что, если химическим веществам крапивного сока дать высохнуть на коже, их легче удалить. Любое прикосновение или трение может привести к более глубокому проникновению химикатов в кожу и вызвать более серьезную реакцию, которая продлится дольше.

Через 10 минут промойте кожу водой с мылом. Часто этого бывает достаточно, чтобы значительно уменьшить или полностью снять любую боль, зуд или отек. После очистки удалите с кожи все оставшиеся волоски крапивы. Вы можете попробовать средство для удаления волос с восковой полоской (да, для депиляции, вы правильно поняли).

ДОЛГОСРОЧНОЕ ОБЛЕГЧЕНИЕ С ПОМОЩЬЮ НАТУРАЛЬНЫХ СРЕДСТВ

Если вы примете меры, описанные выше, вы быстро почувствуете облегчение. Но иногда последствия укуса могут длиться до 24 часов.

Самый известный ботанический герой от ожогов – это тот, кого вы не встретите в лесах: алоэ вера. Целебные свойства этого растения распространяются не только от солнечных ожогов, но и для облегчения боли от крапивы. Нет никаких научных доказательств, подтверждающих эту практику, но она широко использовалась в качестве лечения крапивницы в течение сотен лет.

Избегайте высоких температур и царапин, так как они могут еще больше раздражать кожу.

Для облегчения можно применить прохладные компрессы. Вы также можете попробовать алоэ вера и пасту из пищевой соды и воды. Все, что вы наносите на кожу, следует промокать, а не тереть.

КАК ПОМОЧЬ ОТ ОЖОГА КРАПИВЫ МЕДИЦИНСКИМИ СПОСОБАМИ

Кремы, лосьоны или мази для местного применения, содержащие гидрокортизон, могут успокаивать и уменьшать покраснение и зуд. Использование антигистаминных или кортикостероидных кремов предотвращают действие гистамина. Хотя, конечно, он мало влияет на некоторые другие химические компоненты яда крапивы, предотвращение действия гистамина, по крайней мере, помогает уменьшить воспаление и часть боли. В настоящее время это единственное средство от укусов крапивы, в отношении которого есть конкретные научные доказательства.

Каламин обычно представляет собой смесь оксида цинка и небольшого количества оксида железа (III), и неудивительно, что это противозудное средство обычно наносят на укусы насекомых. Его эффективность при укусах крапивы также время от времени обсуждалась, и он не полностью нейтрализует боль от укуса крапивы, но может помочь снять остроту.

Пероральные антигистаминные препараты также могут быть эффективными для облегчения зуда, поскольку они противодействуют реакции вашего тела. Вы также можете попробовать эти природные антигистаминные препараты.

Если сыпь болезненна, можно принять противовоспалительные обезболивающие.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОСЛЕ ОЖОГА КРАПИВЫ ПОЯВИЛИСЬ ОСЛОЖНЕНИЯ

Если сыпь не исчезнет в течение 24 часов, возможно, у вас серьезная реакция. Сыпь не заразна, но при серьезной реакции она может быть очень неприятной. Расчесывание также может привести к инфицированию этой области, что потребует дальнейшего лечения.

Аллергическая реакция на одно из химических веществ, содержащихся в крапиве двудомной, является наиболее серьезным осложнением крапивницы и может быть опасной для жизни. Вызывайте врача.

СОВЕТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ

Лучший способ предотвратить сыпь от крапивницы – это ознакомиться с тем, как выглядят растения, и принять меры, чтобы избежать контакта с ними. На лесную прогулку или прополку надевайте одежду с длинными рукавами и длинные брюки.

ЧЕГО ТОЧНО НЕ НУЖНО ДЕЛАТЬ ПРИ УКУСЕ КРАПИВЫ

1. Столь популярный в интернете совет втереть сок дока, подорожника или сделать содовый охлаждающий компресс. Не помогает (доказано, что муравьиной кислоты в соке крапивы не более 1 %, нет никакого смысла воздействовать на это место щелочью).

2. Предлагаются и другие, более странные методы лечения укусов. Мочеиспускание на них – это то, что всплывает в поисковике чаще, чем вы могли бы ожидать, но это, вероятно, будет иметь незначительный эффект или не будет иметь никакого эффекта.

И НАПОСЛЕДОК. НУЖНА ЛИ КРАПИВА ГДЕ-НИБУДЬ В САДУ?

Растению с такой плохой репутацией есть ли надежда на прописку? Ответ однозначный: «Да». Крапива является естественным очистителем, стимулирующим работу почек и печени, помогая организму избавляться от продуктов жизнедеятельности и выводить токсины из организма. Весной чай из крапивы также помогает очистить организм после долгой зимы. Чай из крапивы полезен при борьбе с простудой, и его следует принимать до и во время сезона орви как естественное средство против аллергии.

По иронии судьбы, та же крапива, которая вызывает раздражение кожи, является полезной травой для людей, страдающих артритом, ревматизмом и мышечными болями. Это также хорошее противоядие от некоторых кожных проблем, таких, как экзема. Он полезен для женщин, находящихся в период менопаузы, снижает ночную потливость в сочетании с шалфеем, а при приеме отдельно или в сочетании с листьями малины или бурачника помогает повысить уровень энергии в это переходное время.

Для тех, кто восстанавливается после операции, крапива богата железом и помогает сбалансировать организм после кровопотери. Вы даже можете найти ее в качестве неотъемлемого ингредиента в вашем шампуне, где крапива способствует росту волос вместе с розмарином, шалфеем и другими травами, стимулирующими кожу головы. Помимо железа, крапива также содержит витамины А, С, кальций и магний.

Если вы планируете использовать крапиву в домашних условиях, подготовка зависит оттого, свежая она или сушеная. Чтобы избавиться от жала свежей крапивы, ее нужно варить, сушить листья или ошпаривать в кипящей воде. С другой стороны, может быть, проще купить сушеную крапиву в аптеке, где будет широкий выбор трав, цветов, коры и корней, из которых можно приготовить восхитительный чай. Какой бы метод вы ни выбрали, вы должны использовать в среднем 1-3 чайных ложки травы на каждую чашку воды при приготовлении чая из крапивы с поправкой на вкус. Вскипятите воду и дайте травам настояться 5-10 минут для чая или 10-20 минут для чая с лечебной крепостью.

Крапива может быть устрашающим противником, но польза для здоровья, которую она приносит, столь же сильна, как и ее жало.

ДОМАШНИЙ РЕСТОРАН

Картофельная запеканка с фаршем в мультиварке

Ингредиенты:
- *Картофель – 0,5 кг;*
- *Фарш мясной – 0,5 кг;*
- *Лук репчатый – 1-2 шт.;*
- *Приправа для мяса – по вкусу;*
- *Перец черный молотый – по вкусу;*
- *Сметана – 100 граммов;*
- *Майонез – 100 граммов;*
- *Яйца – 4 шт;*
- *Мука – 2 ст. л;*
- *Соль – по вкусу;*
- *Масло растительное (или сливочное) – для смазывания.*

Процесс приготовления:

Картофельная запеканка может стать вкусным и сытным обедом или ужином. Готовится она очень просто, особенно если использовать мультиварку. Фарш можно использовать любой, но предпочтительнее из свинины или из птицы. Картофель можно нарезать тонкими кружочками, а можно натереть на крупной терке.

Приготовьте необходимые продукты.

Лук мелко нарежьте и смешайте с фаршем. Посолите, поперчите и приправьте фарш по вкусу.

Картофель очистите и нарежьте очень тонкими кружочками.

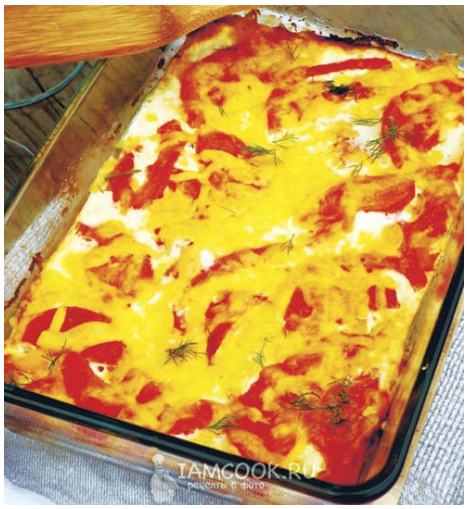
Приготовьте заливку. Сметану, майонез, муку и яйца смешайте, посолите и немного взбейте вилкой.

Дно и стенки чаши мультиварки смажьте растительным или сливочным маслом. Выложите первый слой картофеля. Немного посолите. Сверху на картофель вылейте немного заливки. Она скрепит картофель. Затем уложите слой фарша. Немного примните его руками, чтобы он плотно лёг на картофель. Полейте фарш заливкой. Сверху фарша уложите еще один слой картофеля. Немного посолите. Этот слой картофеля должен быть тоньше первого и кружочки картофеля для этого слоя желательно порезать тоньше.

Сверху залейте оставшейся заливкой.

Закройте мультиварку крышкой и включите режим Запекания (150°С) на 60-70 минут. Через 60 минут проверьте верхний картофель на готовность. Если он еще не готов, то запекайте еще 10-15 минут. Время запекания напрямую зависит от сорта картофеля. Когда запеканка будет готова, откройте крышку мультиварки и дайте запеканке немного остыть. Затем вставьте в чашу мультиварки лоток для приготовления на пару и переверните чашу мультиварки. Запеканка легко выйдет. После этого переложите запеканку на блюдо.

Картофельную запеканку с фаршем, приготовленную в мультиварке, подавайте теплой. По желанию украсьте ее зеле-



Запеканка из кабачков и баклажанов

Ингредиенты:
- *Кабачок - 150 г*
- *Баклажан - 1 шт.*
- *Фарш мясной - 100 г*
- *Помидор - 1 шт.*
- *Яйцо куриное - 2 шт.*
- *Сметана - 2 ст. л.*
- *Сыр - 50 г*
- *Соль - по вкусу*

Процесс приготовления:

Вариант обжаривания по отдельности всех составляющих меня не устраивал, хотелось легкого и быстрого ужина. Пошла на эксперимент. Блюдо, скажу я вам, удалось на славу. Нежная овощная запеканка с тонким слоем мяса. Яичная заливка и тертый сыр сделали блюдо питательным и ароматным.

Я готовила запеканку из кабачков и баклажанов на двоих, в небольшой форме. Вместо фарша, думаю, можно взять тонко нарезанное куриное филе.

На дно формы выложить мясной фарш, посолить. Сверху выложить тонкие кружочки баклажана. Сверху нарезанный кабачок. Овощи немного посолить. Яйца взбить со сметаной, посолить. Залить яичной смесью овощи с мясом. Сверху выложить нарезанный помидор. Посыпать натертым сыром.

Готовить запеканку из кабачков и баклажанов с фаршем в духовке при температуре 170 градусов. Вначале желательно прикрыть фольгой. Моя запеканка приготовилась примерно за 40 минут.

Витаминный смузи

Ингредиенты:
- *Яблоко - 1 шт.*
- *Сельдерей - 1 стебель*
- *Киви - 2 шт.*
- *Вода минеральная без газа - 2 ст. л.*

Процесс приготовления:

Овощи и фрукты почистить и порезать небольшими кусочками.

Положить фрукты и овощи в блендер и взбить до получения однородной массы. Влить минеральную воду и еще раз взбить несколько секунд до однородности. Разлить напиток по стаканам, охладить и подавать. Витаминный смузи готов.

Смузи из моркови и яблок

Чудесный полезный морковно-яблочный смузи отлично подойдёт для завтрака или перекуса.

Ингредиенты:
- *Яблоко - 1 шт.*
- *Морковь - 1 шт.*
- *Сок яблочный - 200 мл*
- *Корица - 0,5 ч. л.*

Процесс приготовления:

Смузи (напиток из свежих овощей и фруктов, приготовленный в блендере) готовят из самых разных продуктов. Чаще всего 1-2 ингредиента соединяют, чтобы напиток получился более богатым по вкусу. Смузи очень полезно употреблять на завтрак или в качестве перекуса.

Давайте приготовим сегодня вкусный и полезный смузи из моркови и яблок. Продукты – доступные, готовится напиток быстро, вкус и польза – неоспоримы!

Для приготовления смузи возьмем яблоко и морковь, а также яблочный сок и немного корицы. Сок у меня самодельный, вот по этому рецепту, прекрасно простоял всю зиму, это последняя баночка.

Морковь нужно очистить и нарезать кубиками для измельчения в блендере. Я решила предварительно морковь натереть, чтобы получилось больше сока и смузи стал более гладкой текстуры. Складываем натертую морковь в чашу блендера.

Яблоко помыть, очистить от шкурки, удалить семенную коробочку. Нарезать кубиками. Добавим яблоко к моркови, посыплем корицей. Корицу берите по вкусу, больше или меньше.

Вольем яблочный сок. У меня сок с мякотью, его потребовалось 200 мл, а если вы возьмете осветленный сок – может понадобиться меньше, смотрите по консистенции.

Взобьем в блендере все наши ингредиенты. Чудесный смузи из моркови и яблок готов!

Ароматный, нежный напиток понравится и взрослым, и детям!