

Калейдоскоп

Информационный листок

Клуба активного долголетия «Умелицы»

р.п. Богандинский

№21

март 2023г.

Автономное Учреждение Тюменской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Тюменского района»



Рецепт от Татьяны Анатольевны

ЗАКВАСКА ДЛЯ БЕЗДРОЖЖЕВОГО ХЛЕБА из ржаной муки

«Возьмите равное количество ржаной муки и воды. Перемешайте, накройте банку крышкой или полотенцем и уберите на 48 часов минимум в температуру около 27–30 градусов. Как правило, дома используют для этих целей духовку с включенной лампочкой.

Через 2 дня проверьте. В нормальной муке должны начать происходить процессы, вы внешне заметите пузырьки, почувствуете приятный запах, хотя и немного отдающий дрожжами. Возьмите 100 грамм закваски. Добавьте 100 грамм воды и 100 грамм муки. Накройте, оставив небольшой доступ воздуха. Поставьте в теплое место.

Через день достаньте и повторите процедуру. Всегда добавляйте муку и воду в пропорции 1/1/1. И делайте в одно и то же время. Скажем, в 8 утра встали, покормили, и так на следующий день. Как правило, ржаная закваска будет готова через пять дней. Готовность закваски определяется так. Обновил закваску; если за три часа она поднялась в 2,5–3 раза, значит, на ней можно начинать работать. Закваска будет вся в пузырьках, а ее аромат будет очень приятным.

«Как только закваска будет готова, ее нужно убрать в холодильник. Смотрите за ней внимательно, кормите раз в 2–3 дня. Возьмите небольшой кусочек, лишнее выбросите. И кормите по схеме.

Второй вариант хранения закваски — размазать ее по пергаменту и высушить. Перед использованием возьмите 10 грамм сухой закваски, 50 грамм воды и 50 грамм муки и все размочите и перемешайте».

Приятного аппетита!



Рецепт от монастырской кухни

ОВОЩНЫЕ ГОЛУБЦЫ

пекинская капуста — 1 кочан;
пшенная каша — 1 ст.;
морковь — 1 шт.;
лук — 1 шт.;
кабачок — 150 г;
брокколи — 150 г;
растительное масло;
помидоры;
специи.

Процесс приготовления довольно стандартный: Лук кольцами и нарезанную морковь обжариваем на сковороде, туда же добавляем нарезанные кубиками кабачок и брокколи.

Под конец приготовления овощей кладем к ним кашу, солим, перчим, доливаем воду, тушим в течение 5 минут.

Листы капусты снять, толстые места срезать или отбить скалкой.

Начинку завернуть в листы, голубцы переложить в форму.

Для заливки паприку прогреваем в масле, добавляем помидоры, сахар и соль. Доводим смесь до кипения, заливаем голубцы.

Запекаем 25 минут при 160 градусах.

Приятного аппетита!



Благоприятные посадочные дни в марте 2023 года

Благоприятные дни для посадки овощей

Огурцы 1, 2, 3, 9, 10, 11, 12, 24, 25, 29, 30
Перец, баклажаны 1, 2, 3, 11, 12, 24, 25, 29, 30
Капуста 1, 2, 3, 11, 12, 16, 17, 24, 25, 29, 30
Чеснок 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 24, 25
Корнеплоды 1, 2, 3, 11, 12, 16, 17, 24, 25, 29, 30
Томаты 1, 2, 3, 11, 12, 24, 25, 29, 30 Лук 1, 2, 3, 11, 12, 16, 17, 24, 25, 29, 30
Зелень разная 1, 2, 3, 11, 12, 24, 25, 29, 30

Благоприятные дни для посева и посадки цветов

Однолетние цветы 1, 2, 3, 6, 8, 11, 12, 13, 29, 30
Двулетние и многолетние цветы 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 16, 17, 24, 25
Луковичные и клубневые цветы 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 24, 25

Благоприятные дни для посадки саженцев

Плодовые деревья 1, 2, 3, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 24, 25, 29, 30
Плодовые кустарники 1, 2, 3, 9, 10, 11, 12, 16, 17, 24, 25, 29, 30

Прививка Плодовые деревья 1, 2, 3, 11, 12, 16, 17, 26, 27, 28, 29, 30

Благоприятные дни для пересадки растений по Лунному календарю 1, 2, 3, 6, 8, 9, 10, 16, 17, 29, 30

Неблагоприятные дни для посева семян Запрещенные для посадки дни в марте 2023 года 7, 20, 21, 22

Во саду ли в огороде Сорта томатов для вяления

Томат Principe Borghese (Принц Боргезе) Суперранний сорт. Рекомендован для выращивания в теплицах. Растение мощное, высокое (выше 1,8 м), индетерминантного типа, требует пасынкования и подвязки к шпалере. Формировать томат рекомендуется в три-четыре стебля. Плоды дружно созревают в кистях по 7-10 штук. Сорт неприхотлив в выращивании, устойчив к основным заболеваниям томатов. Урожайность высокая даже при перепадах температуры, плодоношение сильно растянуто. Плоды округло-овальной формы с "носиком" (черри), малого размера (15-20 г),

Томат San Marzano (Сан Марцано) Среднеспелый сорт, рекомендован для выращивания в теплицах, Растение высокое (выше 1,8 м), индетерминантного типа, требует пасынкования и подвязки к шпалере. Формировать томат рекомендуется в два-три стебля. Плоды созревают в кистях. Сорт требователен в уходе, теплолюбив, устойчив к основным заболеваниям томатов, но при чрезмерном увлажнении может подгнивать. Урожайность высокая, плодоношение растянуто. Плоды среднего размера (90-120 г),

Томат Дрова Среднеранний сорт. рекомендован для выращивания в **открытом грунте**. Растение низкорослое (до 0,6 м в ОГ), компактное, штамбовое, с малым количеством пасынков. Рекомендуется подвязывать к кольям из-за высокой нагрузки плодами. Плоды созревают в кистях. Сорт нетребователен в уходе, устойчив к основным заболеваниям томатов. Урожайность высокая, плодоношение дружное, плоды среднего размера (60-100 г), в состоянии полного созревания темно-красного цвета

Томат Классик F1 Раннеспелый гибрид, рекомендован для выращивания в **открытом грунте**, Растение низкорослое (до 1 м), детерминантного типа, штамбовое, компактное, но требует частичного пасынкования и подвязки к опоре. Формировать томат рекомендуется в два-три стебля. Хорошо завязывает плоды даже при повышенных температурах. Плоды созревают в кистях. Гибрид жаростоек, устойчив к основным заболеваниям и вредителям томатов и недостатку влаги. Урожайность очень высокая. Плоды по форме – удлинённые сливки, среднего размера (70-110 г),

Томат Иллюзия Среднеспелый сорт, рекомендован для выращивания в теплицах, Растение высокорослое (до 2 м), индетерминантного типа, со сближенными междоузлиями. Требуется пасынкования и подвязки к шпалере. Формировать томат рекомендуется в два-три стебля. Плоды созревают в компактных кистях. Сорт нетребователен в уходе. Урожайность высокая. Плоды перцевидной формы (кубовидные, ребристые), среднего и крупного размера (100-200 г), в состоянии полного созревания насыщенно-желтого цвета, толстостенные, внутри полые, с легко отделяемой мякотью и минимумом сока. Мякоть ароматная, хорошего кисло-сладкого вкуса.

Томат Рио Гранде (Rio Grande) Среднепоздний сорт рекомендован для выращивания в **открытом грунте**. Может выращиваться безрассадным способом. Растение среднего размера (0,7-1 м), детерминантного типа, мощное, компактное, но требует умеренного пасынкования и подвязки к шпалере. Плоды дружно созревают в кистях по 8-10 штук. Сорт нетребователен в уходе, жаростоек, устойчив к основным заболеваниям томатов и сложным климатическим условиям. Урожайность высокая, плодоношение растянуто. Плоды вытянутой формы (сливки), среднего размера (100-120 г)

Томат Инжир розовый Среднеспелый сорт, рекомендован для выращивания в теплицах, Растение быстрорастущее, очень раскидистое и высокое (выше 2 м), индетерминантного типа, требует пасынкования и подвязки к шпалере. Формировать данный томат рекомендуется в один-два стебля. Плоды созревают в кистях по 3-5 штук. Сорт теплолюбив, требователен к подкормкам, устойчив к основным заболеваниям томатов. Урожайность

высокая. Плоды плоско-округлой формы, сильно ребристые, крупного размера (200-400 г), в состоянии полного созревания розово-красного цвета, пустотелые, содержат много сухого вещества, умеренное количество семян.

Томат Торквей F1 Среднеспелый гибрид, рекомендован для выращивания в открытом грунте. Растение низкорослое (до 1 м), детерминантного типа, компактное, но требует подвязки к опоре. Формировать томат рекомендуется в один стебель. Плоды созревают в кистях. Сорт некапризен в уходе, но теплолюбив и требователен к освещению, жаростоек, отлично устойчив к основным заболеваниям томатов. Урожайность высокая, плодоношение дружное, длительное. Плоды – округло-овальные сливки, среднего размера (90-180 г), в состоянии полного созревания светло-красного цвета.

Можно успешно использовать для вяления сорта и гибриды Жиголо, Де Барао, Черный мавр, Колокольчик, Дональд F1, Бочка меда, Новичок, Каспар F1, Славянка, Устинья F1, Челнок, Альпий мустанг, Финик, Русский желтый, Московский деликатес

Это было недавно, это было давно...

Продолжаем знакомство с экспонатами музейной комнаты «Мы рождены в СССР»



Многие согласятся с тем, что виниловая пластинка – это, без преувеличения, символ XX века. На них выросло несколько поколений людей. И хотя этот носитель информации был вытеснен со временем кассетами и компакт-дисками, он и сегодня имеет своих ценителей и почитателей во всем мире. Почему же до сих пор эта, казалось бы, ушедшая в прошлое вещь, привлекает людей?

Более подробную информацию можно получить посетив нашу музейную комнату

Народные приметы марта

Март – первый месяц весны. Вместе с ним приходят оттепели, тает снег, журчат ручьи, расцветают подснежники, начинают возвращаться первые птицы из далеких теплых краев. В воздухе начинает пахнуть свежестью. Народное название месяца – «протальник», поскольку начинает сходить снег, формируются проталины. Есть такая поговорка: «Март зиму ломает, новому сезону дорожку дарит».

Гром в марте - перед холодом.

Если в марте первый гром грянет при северном ветре - к холодной весне, при восточном ветре - к сухой и теплой, при южном - к теплой.

Молния в марте без грома - к сухому лету.

Если пойдет дождь в марте, вырастет много грибов.

Мокрый март — плохой урожай.

В марте холодно и сухо — хлеба в достатке будет.

Редкие морозы в марте – к урожайному году.

Шершавая поверхность снега в марте - к урожаю, гладкая - к неурожаю.

Если у мартовских сосулек нет в середине пустоты – к богатому урожаю.

Длинные сосульки в марте – к долгой весне.

Частые туманы в марте предвещают дождливое лето.

Снег в конце марта скоро тает и вода дружно бежит — жди лето мокрое



Знакомые незнакомцы

Гумирова Любовь Ивановна,

Золотое сердце, руки золотые.

Как же редко слышим эти мы слова.

И не замечаем тех, кто с нами рядом

Кто плечо подставит, не спросив тебя

Обогреет взглядом, подбодрит улыбкой

Успокоит душу куклу подарив

Никогда не скажет, как сейчас ей плохо

Что душа и сердце за детей болит



Семейный клуб «Чердачок»

Час в музее»

Познавательная программа

- Военно-патриотическая

- Ремесло и рукоделие

- Праздники и обряды

- Экскурсии по музею

- Встречи с мастерами прикладного творчества п. Богандинский

- Мастер-классы

Приглашаются взрослые и дети каждое воскресенье.

Количество посетителей ограничено.

Заявки по телефону: 8-919-939-9413



специалист по социальной работе службы сопровождения по месту жительства: С.Д. Федченко

Редакционная коллегия:

_Попова Татьяна Григорьевна

_Ершова Марина Михайловна

-Гумирова Любовь Ивановна

Ссылки на электронный источник: