



"В саду горит костер рябины красной, но никого не может он согреть..." Незабываемые стихи

Сергея

Есенина

.

Рябина

всегда

ассоциируется

с

романтичным

образом

прекрасной

девушки

,

ожидающей

своего

суженого

.

Красоту

этого

дерева

,

особенно

сейчас

,

В

сентябре

,

когда

его

резные

листья

окрашиваются

в

золотистые

и

красноватые

тона

,

а

алые

ягоды

так

сказочно

смотрятся
на
фоне
серого
осеннего
неба
,
заметили
очень
давно
.
Не
случайно
ягоды
рябины
- это
самый
распространенный
узор
,
который
рукодельницы
вышивают
на
скатертях
,
салфетках
,
подушках
и
панно
.
А
ропись
по
дереву
?
Та
же
рябина...романтика
,
одним
словом
.
Однако
мы
, как

практичные
женщины
,
живущие
в
двадцать
первом
веке
,
попробуем
использовать
романтичную
рябину
в
неромантичных
целях
, а
именно
пустим
ее
в
пищу
и
на
косметику
.

Рябина для здоровья

Один из важнейших составляющих рябины – аскорбиновая кислота, которая содержи
тся в это
й я
годе
в
избытке
.

А что осенью нам особенно

Кроме того, ягоды рябины способны снижать артериальное давление, укреплять
сердечную
мышцу
,
снимать
сильные

головные
боли
и
восстанавливать
силы
организма
после
тяжелых
болезней
или
операций
.

Однако просто так жевать эти несомненно красивые и полезные ягоды не так то уж
и
легко
- они
горькие
.
Поэтому
попробуем
использовать
ягоды
рябины
как
основной
ингредиент
при
приготовлении
нескольких
очень
простых
блюд
-
из
разряда
, как
говорится
, "и
вкусно
, и
полезно
".

"Блюдо для господ"

Знатоки утверждают, что этим лакомством еще на Руси потчевали всяких там разных князей

да

бояр

, так как

получается

крайне

вкусно

и

умопомрачительно

полезно

.

Ягоды

рябины

хорошенько

промывают

в

горячей

воде

,

затем

выдерживают

несколько

часов

в

холодной

подсоленной

воде

(

одна

чайная

ложка

соли

на

один

литр

воды

), для

устранения

горечи

,

ну

а уже

потом

сливают

воду

и

сушат

плоды

при

помощи

бумажного

полотенца

.

Готовые

чистенькие

,

не

горькие

и

сухие

ягоды

рябины

обмакивают

в мед и

обваливают

в

муке

.

Таким

образом

приготовленные

ягоды

запекают

в

духовом

шкафу

до

образования

румяной

корочки

. Я

попробовала

,

вкусно

,

действительно

очень

вкусно

.

Только

помните
, что
собирать
плоды
рябины
нельзя
в
черте
города
, в
городских
парках
или, что еще
хуже
,
вдоль
автомобильных
дорог
, так как
ягоды
аккумулируют
в
себе
все
вредные
вещества
,
которые
витают
в
воздухе
. И
вместе
вкусного
и
полезного
лакомства
можно
получить
пищевое
расстройство
или
аллергические
высыпания
.

"Против всех зимних хворей"

Следующее блюдо, приготовленное из рябины красной, практически стопроцентно гарантирует избавление

от
любой
простуды
и
гриппа

,
ОРВИ
и ОРЗ
вместе
взятых

.
Ягоды
рябины

,
предварительно
выдержанные

в
соляном
растворе

(
одна
чайная
ложка
на
один
литр
холодной
воды

),
подсушите
в

духовке

. Мед
растопите

,
подогрейте
на
медленном
огне

до
красноватого
оттенка

и
залейте
им
ягоды
рябины
.
Варите
до
загустения
массы
.
После
этого
сладкую
массу
,
слегка
охладив
,
залейте
в
специально
подготовленные
баночки
,
оставьте
в
теплом
месте
на
пару
часов
.
Затем
завяжите
пергаментной
бумагой
горлышки
банок
и
храните
их
в
темном
и
прохладном

месте

.

Целебное

лакомство

к чаю

готово

!

1. Рябина для красоты

В косметических целях особенно ценится дезинфицирующее и восстанавливающее свойство

рябины

. Еще раз

напоминаю

, что для

приготовления

масок

из

рябины

можно

использовать

только

плоды

,

выросшие

за

пределами

городской

черты

,

а

также

расположенные

вдали

от

автомобильных

дорог

или

железнодорожных

путей

.

Маска из рябины для сухой и увядающей кожи лица

Одну столовую ложку чистых, размятых в кашу спелых ягод рябины перемешать с

одной
столовой
ложкой
мягкого
сливочного
масла
, с
одной
чайной
ложкой
меда
и
одним
яичным
желтком

.

Обильным
слоем
эту
массу
следует
нанести
на
лицо

,

минуя
область
глаз

, а
спустя
пятнадцать
минут
смыть
сначала
теплой

, а
потом
прохладной
водой

.

Маска из рябины для жирной и проблемной кожи

Разомните в кашицу одну столовую ложку ягод рябины, добавьте одну столовую лож
ку
имонного
сока

и две
столовые
ложки
кефира
.
Нанесите
полученную
смесь
на
лицо
,
через
пятнадцать
минут
смойте
холодной
водой
. Эта
маска
прекрасно
заживляет
мелкие
прыщики
на
лице
,
хорошо
борется
с
крупными
прыщами
и
отлично
сужает
поры
.

Маска из рябины для "белой, белой, аж синей" кожи лица

Данная маска применяется тогда, когда окружающие вас люди начинают шарахаться
в
сторону
и
нервно
спрашивать
,
почему

вы
такая
сегодня
бледная
. Нам
понадобятся
замороженные
ягоды
рябины
—
одна
столовая
ложка
,
которые
необходимо
ошпарить
кипятком
.
Затем
добавляем
к
ягодам
одну
столовую
ложку
меда
и три
столовых
ложки
теплого
молока
.
Очень
хорошо
все
растереть
и
полученную
смесь
нанести
на
лицо
.
Через
пятнадцать

минут
умойтесь
теплой
, а
затем
прохладной
водой
.

Отлично

снимает

отеки

,

Для этого необходимо свежий рябиновый сок, отжатый из созревших чистых ягод, налить в специальные формочки и заморозить.

Каждое утро протирайте лицо такой [льдинкой](#)

, и скоро вашей коже будут завидовать все женщины в радиусе километра.

Рябина для тела

Если у вас на теле появились маленькие бородавки, а до ближайшего косметического салона все н
оги
не
доходят
,

то
можно
попробовать
избавиться
от
них
самостоятельно
, в
домашних
условиях
. Для
этого
вам
необходимо
каждый
день
на
тридцать
минут
прикладывать
к
бородавке
кашицу
из
ягод
рябины
.
Говорят
, что
бородавка
не
выдерживает
такого
свинского
к
себе
отношения
и
сама
отваливается
.

Иллюстрации с сайта: [© 2010 Thinkstock](#) .