

26 марта Вторник



05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.05 Контрольная закупка
09.35 Женский журнал
09.45 Жизнь здорово! (12+)



05.00 Утро России
05.05, 05.35, 06.05, 06.35, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35 Вести-Урал
Утро
09.00 1000 мелочей
09.45 О самом главном



06.00 НТВ утром
08.10 Т/с «Возвращение Мухоморова» (16+)
10.00 Сегодня
10.20 Чистосердечное признание (16+)



06.00 События. Итоги (16+)
06.35 Патрульный участок (16+)
06.55 Погода (6+)
07.00 Утро ТВ
09.00 События. Каждый час



06.30 Евроньюс
10.00 Наблюдатель
11.15 Т/с «Под знаком Скорпиона» (16+)



06.00 М/с «Смешарики» (0+)
06.15 Новости. Итоги дня (16+)
06.45 Служба спасения «Сова» (16+)

РОССИЯ 24

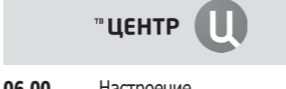
04.30 Вести
04.35 Спорт
05.00 Вести
05.20 Экономика
05.30 Вести
05.40 Спорт
06.00 Вести
06.20 Спорт
06.30 Экономика
07.00 Вести
07.10 Экономика
07.20 Спорт
07.30 Новости Екатеринбург (16+)



06.00 Мультфильмы (0+)
06.30 Ползучее утро (0+)
08.00 Обмен бытовухи (0+)
09.00 Улетные животные (16+)



06.00 М/ф «Курный городок» (6+)
06.35 М/ф «Чепухи» (6+)
07.00 М/ф «Новые фильмы о Скуби Дуге» (6+)



06.00 Настроение
08.30 Детектив «ЧЕРНЫЙ БИЗНЕС» (12+)
10.30 Д/ф «Армен Джигарханян. Две любви одинокого клоуна» (12+)



06.00 Live in Tele club (16+)
06.30 Вуз news (16+)
07.00 Утренний бреш (16+)
08.25 Легенды MTV! Такую на прокачку! (16+)



06.00 Мультфильмы
09.00 Д/ф «Странные явления. Вещные сны» (12+)
09.30 Д/ф «Странные явления. Формула счастья» (12+)



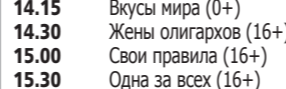
05.00 Фильм ужасов «ПИРАНИИ» (18+)
05.30 По закону (16+)
06.00 Бабий бунт (16+)

РОССИЯ 2

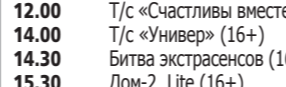
07.00 Новости. Екатеринбург (16+)
07.25 Прогноз погоды
07.30 Горизонты психологии (16+)
07.50 Интернет-эксперт (16+)



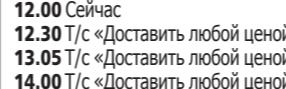
06.30 Т/с «Наш домашний магазин» (16+)
06.55 Погода (6+)
07.00 Ползучий вечер с Аленой Костериной (16+)



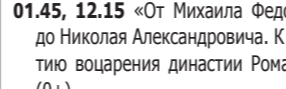
07.00 М/с «Код Лико» (12+)
07.30 М/с «Могучие рейнджеры. Самураи» (12+)
07.55 Т/с «Счастливы вместе» (16+)



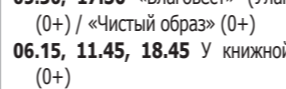
07.00 Сейчас
06.10 Д/ф «Горький» 2 с. (16+)
07.00 Утро на «6» (6+)
09.45 Место происшествия



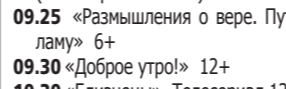
06.55 Доктор... (16+)
События
17.50 Дозаказанные вина (16+)



06.00 Сейчас
06.10 Д/ф «Горький» 2 с. (16+)
07.00 Утро на «6» (6+)
09.45 Место происшествия



06.00 Д/ф «Гадалка» (12+)
17.00 Параллельный мир (12+)
18.00 Х-версии. Другие новости (12+)



07.00 «Манзара» (Панорама). Информационно-развлекательная программа (на татарском языке) 6+



СЕЯТЕЛЬ Куда подевалась брюква? Когда-то популярный овощ на Урале теперь почти забыт

Тамара ВЕЛИКОВА

На огороде моей бабушки в 50-60-е годы всегда росли репа и брюква. Забава ребятишкам - погрызть вкусные, терпкие, сочные корешки. Мы тогда не знали, что это ещё и полезно. Но бабушки-то наши знали...

Брюква - древняя культура, известная ещё с I века до нашей эры. Её родина - страны Западной и Северной Европы, откуда она проникла в Индию, Китай и Японию. В России брюкву возделывают с конца XVIII века.

Долгое время она была самым популярным овощем на грядках россиян, но постепенно её вытеснил картофель. Сейчас редко кто встретит на огороде этот незаслуженно забытый овощ.

Брюква используется в пищу в сыром и варёном виде. Корнеплоды отличаются высоким содержанием витамина С. Причём он почти не разрушается при варке и зимнем хранении. Таким образом, брюква является надёжным источником витамина С, что актуально для Урала и Сибири. По питательности она превосходит репу и другие овощи, а по содержанию витамина В6 - все корнеплоды. Она богата углеводами, сахарами и белками, а также солями кальция, калия, железом. А минеральных веществ в брюкве больше, чем в белокочанной капусте.

Специфический вкус и аромат корнеплоду придают горчичные масла и глюкозиды. В Китае и Монголии брюкву ещё и солят, а при квашении капусты добавляют вместо моркови.

Брюква - не только прекрасный овощ, но и популярная кормовая культура. Горчичные масла обладают антисептическими свойствами. В далёком прошлом, когда не было дезинфицирующих средств, раствором с растёртыми семенами брюквы обеззараживали руки. Брюкву полезно употреблять для усиления моторики кишечника, при витаминной недостаточности. Для этого надо два-три раза в неделю съедать по 100-150 граммов мелко нарезанной сырой брюквы. Из-за невысокой калорийности она полезна при диабете и ожирении. Но противопоказана при острых заболеваниях желудка и кишечника.

Брюква - двулетнее растение семейства крестоцветных (капустных). Корнеплод, в зависимости от сорта, бывает плоской, округлой или овальной формы. Мякоть твёрдая, жёлтая или белая. Растение холодостойкое, семена прорастают уже при температуре +2 +3 градуса, всходы переносят заморозки от -2 до -3, однако лёгкость корнеплодов при этом снижается. Оптимальная температура для роста и развития брюквы +16 +18 градусов. Вегетационный период составляет 100-200 дней от появления всходов.

Это влаго- и светлюбивая культура. К плодородию почвы нетребовательна. Корневая система у овоща сильно развита и хорошо использует из почвы даже труднодоступные питательные вещества. Брюква - растение длинного дня и летом часто образует цветуху (когда цветочные стебли у двулетних растений появляются в первый год жизни, хотя цветут они обычно лишь на второй год). Хорошо усваивает органические удобрения, внесённые под предшественника или осенью.

Растение переносится с пекинской капустой, репой, турнепсом, рапсом. Брюкву можно сеять рано - в мае и до середины июля. Посевы располагают рядами через 35-50 сантиметров, а после прореживания между растениями оставляют 18-20 сантиметров. Глубина заделки семян - от двух до трёх сантиметров. После появления всходов на третьи-четвёртые сутки растение опыливают золой или мелом тонкого помола от крестоцветной блошки.

За сезон делают три-четыре поливов. Наибольшая потребность в воде наблюдается через 60-70 дней после появления всходов. При поливе следят, чтобы почва не размывалась, обнажая головку, которая зеленеет и теряет вкусовые качества. При обильных поливах и дождях овощ становится водянистым.

Хранят брюкву при температуре 0-1 градусами. Корнеплоды до весны не теряют товарных качеств. Самый популярный сорт брюквы - Красносельская. Своё название он получил в честь места исторического культивирования - в районе Красного Села под Санкт-Петербургом. Среднеспелый, период вегетации - 100-130 дней. По вкусовым качествам это один из лучших сортов брюквы. Отличается высокой лёжкостью при длительном хранении. Хорошо переносит повышенную кислотность почвы. Мякоть плотная, сахаристая. Средняя масса корнеплода около 600 граммов.

Из брюквы делают салаты, варят супы, её жарят, как картошку. Предлагаем читателям простой салат из брюквы с яблоками и орехами. Понадобится одна брюквина, два яблока, столовая ложка очищенных орехов, соль по вкусу, лимонная кислота, взятая на кончике ножа. Очищенную брюкву натереть на крупной тёрке, опарить крутым подсоленным кипятком, откинуть на дуршлаг. Яблоко очистить от кожуры, нарезать соломкой, сбрызнуть лимонной кислотой. Растолочь очищенные орехи. Всё перемешать и заправить сметаной. Можно посыпать сахарным песком. Приятного аппетита!

Анекдот Сальвадор Дали однажды пришёл к мастеру заказывать стул. Показал ему свои эскизы. Тот изготовил. Когда художник спросил, сколько он должен заплатить, то получил ответ: «Нисколько, если вы подарите мне свои эскизы и оставите на них свой автограф».