

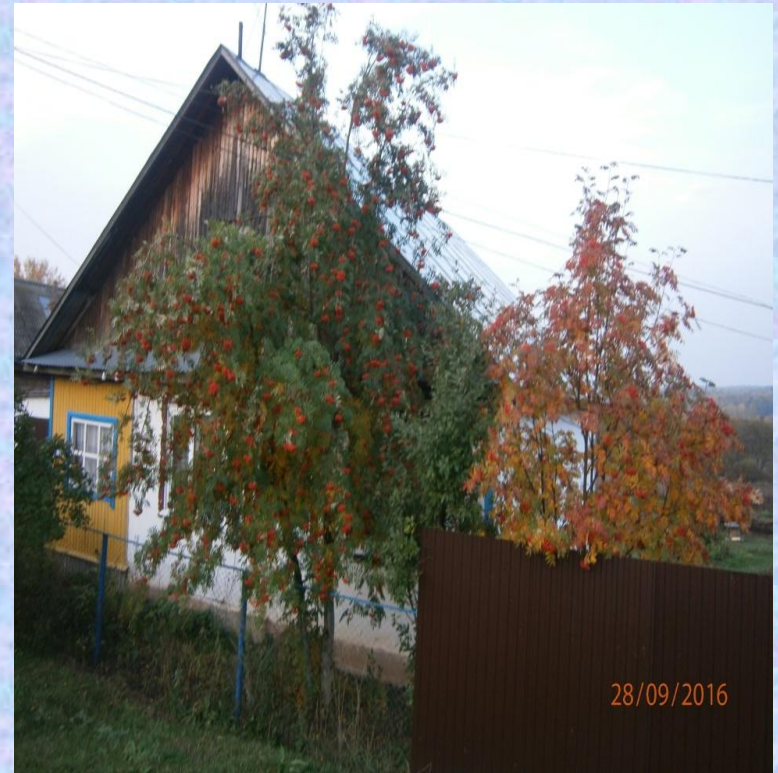
Рябина-Золушка или Принцесса ?



У многих домов нашего села осенью красовалась рябина



Красные гроздья ягод висели на ветках среди листвы. Это было очень красиво.



Затем листья
облетели, а
ягоды
остались на
ветках.
Никто не
собирал их.



Не верилось что от ягод рябины нет пользы для человека.

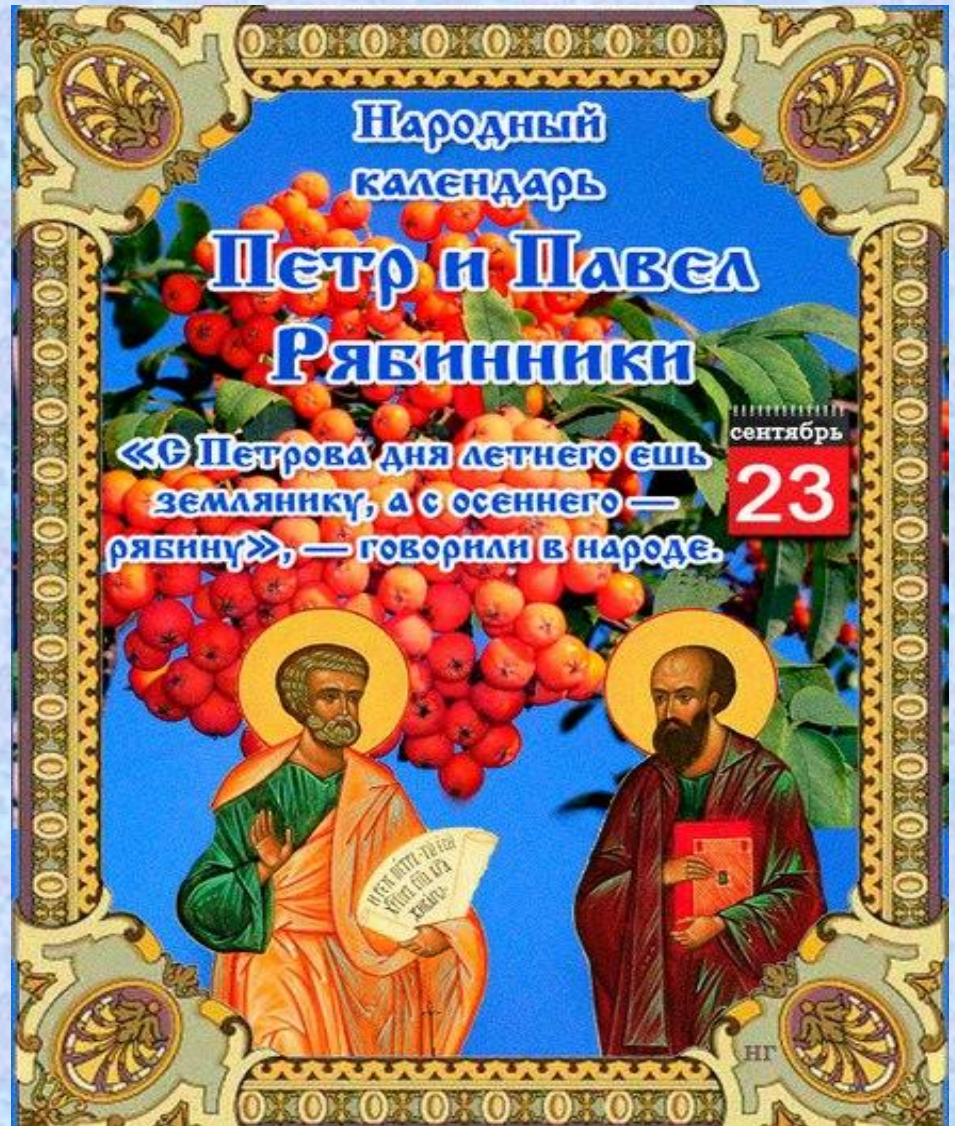
Цель:

- выяснить, какими свойствами обладает рябина и почему её мало используют в пищу.

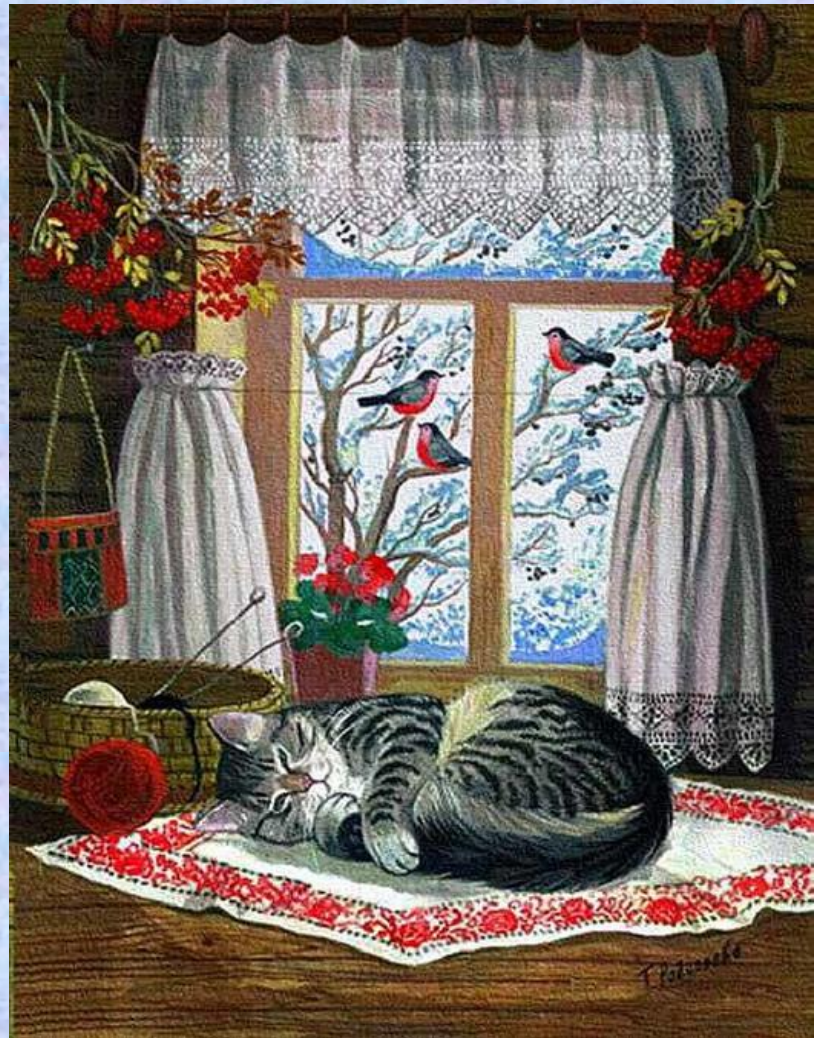
Задачи:

- узнать, как в старину относились к рябине и как её использовали;
- найти подтверждение наличия полезных свойств в рябине;
- приготовить из рябины несколько вкусных блюд;

В старину
рябину очень
почитали на
Руси. 23
сентября
отмечали
праздник
Осеннего
Петра- Павла
Рябинника



В этот день ветки рябины связывали в пучки и развешивали в доме, веря в то, что рябина защитит дом и его обитателей от всех бед.



Часто рябину
высаживали
рядом с
жилищем. На
Руси
считалось, что
рябина несёт
счастье в дом,
оберегает его
от зла.



Если посмотреть на нижнюю сторону ягоды, то можно увидеть, что она представляет собой пятиконечную звезду, то есть сильнейший древний символ защиты.



Нашим предкам были хорошо известны полезные свойства рябины.

Они давно заметили , что если год урожайный на рябину, и птицы наклюются её вдоволь, то меньше болеют.



Полезные свойства рябины



РР

волокна



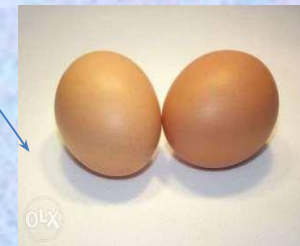
А

В-2



С

белок



В рябине много и других веществ:

- Калий
- Магний
- Фосфор
- Железо



В старые
времена
ягоды
рябины часто
употребляли
в пищу. Из
неё готовили
варенья,
джемы,
кисели, сок.



- Почему же красную рябину так редко употребляют в пищу сейчас?



Ответ был
найден
сразу же,
как только я
попробовал
а ягоды.
Они
оказались
горькими.



Должен же быть способ убрать горечь!

Мне удалось найти два :
высушить ягоды или
заморозить.



Сушка ягод

Сентябрь был тёплым и мы решили засушить ягоды рябины. Будем добавлять её при варке КОМПОНОВ.



заморозка

Затем стали
ждать первых
морозов, после
которых рябина
не будет
горькой.



- Однажды появилась большая стая птиц. Это были свиристели. Когда стая улетела, верхние ветки рябины остались без ягод.



варенье

Мы сварили
несколько
видов
варенья:
просто из ягод,
из рябины с
лимоном и из
рябины с
яблоками.



пастила

Мы решили
приготовить
пастилу.

Полученная
масса очень
горчила, но когда
пастила была
готова, горечь
почти исчезла.



Люди давно заметили, что плоды рябины обладают свойством убивать микробов. Если нужно было сохранить длительное время воду для питья, в неё бросали ветку рябины.



консервирование

Решили
попробовать
положить ягоды
при
консервировании
огурцов.
Получилось очень
красиво, а огурцы
были крепкие и
хрустящие.



Выводы

Работа помогла мне узнать о многих секретах и полезных свойствах рябины. Я узнала, что рябину очень любили и почитали на Руси. Я убедилась, что в ягодах рябины много полезных для человека веществ.



Для себя мы выбрали такие способы заготовки:

- Сушка рябины для компотов и приправ.
- Применение ягод при консервировании.
- Варка варенье из ягод рябины с лимоном.
- Изготовление пастилы.



- Рябина-это просто дар нашему здоровью от природы. Каждый может найти подходящий для себя рецепт её заготовки. В настоящее время рябина - Золушка на нашем столе, **но она заслуживает стать Принцессой.**



Если я вас убедила в уникальности
рябины, советую запасаться ею на
зиму.



- Спасибо за внимание

