

Во саду ли, в огороде...





Огурец

Огурец - это тоже родственник тыквы. Родиной его считают Индию и Китай, где он был известен уже более 5000 лет назад. Диких его сородичей и сейчас можно встретить в лесу этих стран, где он, как лиана, обвивает стволы деревьев. Изображение этого овоща можно встретить на стенах древних греческих храмов и на фресках Древнего Египта. В России же огурец известен более тысячи лет.

Огурцы - это длинные зелёные плоды с сочной водянистой мякотью, внутри которой находится множество каплеобразных, плоских семечек.

Огурцы обладают ценными вкусовыми и лечебными свойствами. Употребляются в пищу в свежем, солёном и маринованном виде. А в салатах они просто не заменимы.



Баклажан

В глубокой древности баклажан считали ядовитым овощем, а древние греки говорили, что, кто съест этот овощ, рискует утратить разум, и называли его “яблоком безумия”. В плодах баклажана, действительно, содержится ядовитое вещество, и поэтому употреблять в пищу перезревший овощ не рекомендуют. Но, в то же время, он очень полезен. Родиной его считают Индию, где он был известен ещё 3000 лет назад. В Россию баклажан попал в 17 веке. Баклажан - это гладкая блестящая ягода различной формы, длиной от 6 до 70 см. Окраска его чаще всего фиолетовая. Мякоть белая или зеленоватая, с горьковатым вкусом. Внутри находятся мелкие семена. Чаще всего из баклажана готовят икру и овощное рагу. А также их тушат, жарят, солят и маринуют.



Горох

Горох - одна из наиболее древних овощных культур. Происходит он из Средиземноморья. Он был известен ещё во времена Гомера. На территории России горох появился в 6 веке н.э. Мы тоже очень хорошо знаем эти зелёные стручки с круглыми сладкими горошинами.

Зелёный горошек употребляется в свежем виде, его добавляют в разные салаты. Зрелые семена гороха в варёном виде используют в супах, кашах и консервах. Благодаря своей изумрудной окраске, горох необходимое украшение на праздничном столе.



Кабачок

Кабачок - близкий родственник тыквы. Родиной его считается Южная и Центральная Америка. Овощ очень древний. Он известен ещё за 3000 лет до нашей эры. В Россию же кабачок попал из Греции и Турции в начале 19 века.

Это довольно крупный, твёрдокорый, вытянутый в длину овощ с белой, почти безвкусной мякотью. Он может иметь белую, жёлтую, тёмно-зелёную или полосатую окраску. Внутри его довольно крупные белые семена.

Кабачки в горячих блюдах очень питательны и приятны на вкус, но в свежем виде не употребляются. Они богаты полезными для человека веществами и витамином С.



Капуста

Капуста - это один из самых древнейших овощей.

В Древнем Египте она была известна очень давно. Археологи утверждают, что Александр Македонский кормил ею своих воинов перед боем, считая, что именно в капусте секрет его побед. Кочан капусты состоит из кочерыжки, которая покрыта сочными мясистыми листьями белого, светло-зелёного или бордового цвета.

Капуста - крупный овощ. Самый крупный кочан капусты на земле весил 51,8 кг.

Употребляют капусту в свежем, отварном или тушеном виде. Из неё делают салаты, варят щи, готовят голубцы и другие кулинарные блюда. А

кто не наслаждался холодной зимой варёной картошечкой с квашеной капусткой? Ой, как

вкусно!



Картофель

О картофеле мы знаем, благодаря открытию Колумбом Америки. Родиной его считается страна Чили. В Европу картофель попал в 16 веке, а в Россию он был завезён Петром I в 17 веке. Сейчас представить наш стол без картофеля невозможно.

Картофель в России - “второй хлеб”.

Клубни картофеля могут иметь различную форму и окраску: от белой до фиолетовой; плотная мякоть чаще всего белая, реже желтоватая.

Из картофеля готовят десятки блюд, изготавливают всеми вами любимые чипсы и другие пищевые продукты.



Лук репчатый

Лук - это одна из самых древних овощных культур. Он был широко известен в Древнем Египте, в Древней Греции и в Древнем Риме, как овощное и лекарственное средство. Считалось, что лук способен давать силу и энергию и поэтому был обязательной составной частью пищи. Сейчас лук выращивают в любом огороде, и его можно найти на любой кухне.

Лук различается по вкусу. Он бывает острый, полуострый и сладкий. Окраска верхней чешуи также бывает разной: белой, жёлтой, красно-коричневой или фиолетовой.

Лук употребляется в любом виде: сырым, жареным и варёным, а также применяется в целебных целях.



Морковь

Морковь - это овощ, известный уже более 3000 лет. Родиной её считают побережье Средиземного моря. В настоящее время, пожалуй, ни одна хозяйка не приготовит обед без моркови.

Этот корнеплод имеет коническую или цилиндрическую форму и бывает различной окраски: жёлтой, оранжевой или красной. Средняя масса одной морковки 70-100 г. У неё приятный сладковатый вкус и особый аромат. Используется этот овощ в свежем виде и после кулинарной обработки. Из неё готовят соки, салаты, пюре, котлеты, борщи и маринады. Так же её добавляют, как приправу, в мясные, рыбные и овощные.



Перец

Перец - один из самых популярных овощей. Родиной его считают Мексику и Гватемалу. Более 6000 лет его выращивают на американском континенте. Оттуда его и привезли в Европу и Азию. В Россию он проник из Болгарии в 17 веке.

Перец - это многосемянной плод красного, оранжевого, жёлтого, зелёного или фиолетового цвета. По форме, размеру и массе бывает очень разнообразен. По вкусу бывает сладким, полуострым или острым. Перец очень богат витамином С. Сладкий перец употребляют в свежем и переработанном виде. Горький же - отличная приправа к салатам, к мясным, рыбным и овощным блюдам.



Петрушка

Петрушка - это пряная травка. В Россию петрушка попала только в 18 веке.

Листья петрушки бывают гладкими или кудрявыми, а белый корнеплод напоминает по своему виду морковь, только вкус у него не сладкий, а острый.

Человек использует в пищу как листья, так и корни, в качестве приправ и украшения других блюд.



Помидор

Помидор или томат родом из тропиков американского континента. Здесь его возделывали индейцы уже в 5 веке до нашей эры. В середине 16 века он появился в Европе. Несколько позже помидор попал к нам в Россию. Помидор - это сочная, многосемянная ягода. По величине, форме и окраске бывает очень разнообразен: жёлтый, красный, оранжевый или бурый. Самый крупный помидор на земле весил 1,9 кг. Помидоры едят свежими, в виде приправ, солёными и маринованными. Горячие блюда из них имеют приятный вкус. А томатный сок очень полезен для здоровья человека.



Редис

Редис - это младший брат редьки. Родиной этого овоща принято считать северо-западную Европу, где он был выведен из редьки путём селекции ещё во времена средневековья.

Редис мельче редьки и отличается розовой или красной окраской. У него округлая или вытянутая форма. Мякоть сочная, белого цвета, с неострым или острым вкусом. Редис употребляют в свежем виде, часто добавляют в салаты. В Корее редис маринуют.



Салат

Салат - это достаточно древняя овощная культура. Некоторые виды салатов были известны ещё в Древнем Египте. В Европе этот овощ появился лишь в средневековье.

Салаты бывают листовыми и кочанными. По виду они очень напоминают капусту. Листья у них бывают пузырчатыми, морщинистыми или почти гладкими светло-зелёного или тёмно-зелёного цвета, иногда с красно-бурым оттенком. По вкусу они бывают острыми и не острыми.

Употребляют листья салатов в свежем виде. Часто используют, как украшение к другим блюдам.



Свекла

Свёкла - очень ценный и полезный овощ. Дикорастущую свёклу использовали в пищу с незапамятных времён. В Киевской Руси она появилась примерно в 10 веке.

Свёкла - это корнеплод округлой, плоской или цилиндрической формы массой от 400 до 900 г.

Мякоть плотная белого, тёмно-красного или бордового цвета со сладковатым вкусом.

В пищу у свёклы идёт всё, как корнеплоды, так и ботва. Из неё готовят салаты, борщи, оладьи, икру и другие блюда. Из белой сахарной свёклы добывают сахар.



Укроп

Родиной укропа считается Азия. Эта ароматная травка использовался врачами Древнего Египта еще 5 тысяч лет назад. Укроп - одна из самых распространенных и постоянных трав на нашем столе. Его добавляют в салаты, супы, мясные вторые блюда, используют при засолке огурцов и помидоров. Укроп — обязательный компонент смесей пряностей, используемых в грузинской, армянской, азербайджанской, туркменской, таджикской, узбекской кухнях.