



Интересные факты о кефире

Исторической родиной небольших желтоватых горошин, именуемых «пшеном Пророка» или «зернами Магомета» (а проще — кефирных грибков), принято считать северный склон Кавказского хребта



Согласно легенде их принес в своем посохе в дар горцам Магомет, научив их с помощью горошин готовить совершенно особый продукт и настрого запретив дарить их иноверцам.

Восприняв этот дар, жители Кавказа стали готовить божественный продукт, называемый в разных местах по-разному — кэпы, кхачыппэ, — и, как и было им велено, считали грехом дарить грибы даже выходящим замуж дочерям.





Процедура приготовления оставалась неизменной на протяжении не одного столетия: в бурдюк (а позже — в глиняный сосуд) заливали молоко и, поместив туда грибки (закваску), выносили на дорогу, чтобы каждый путник мог пнуть его ногой — постоянное встряхивание только ускоряло процесс брожения.



О том, как этот напиток появился в России, доподлинно неизвестно.

Есть предположение, что драгоценная закваска была подарена русскому врачу его чеченским другом еще в 1866 году. Но бытует также и другая история, куда более захватывающая.

Если верить ей, то закваска попала в Москву из окрестностей Кисловодска в 1908 году «по вине» Ирины Сахаровой, помощницы известного молокозаводчика Бландова

Красивая и бесстрашная девушка была направлена им в Кисловодск к поставщику одной из местных сыроварен Бландова, князю Бек-Мирзе Байчарову, в надежде на то, что ей удастся уговорить князя продать некоторое количество грибков.



Відпнок - доска бесплатных объявлений



Кисловодскъ.

Мѣстность „Ребровая“ заводкзальная сторона.

GoRetro.ru



Очарованный красотой Ирины, князь поначалу пообещал пойти ей навстречу, но, памятуя о запрете Магомета, никак не мог на это решиться, а потому визит посланницы затягивался. Дальнейшие события развивались в духе детективного жанра: похищение прекрасной Ирины сыном Бек-Мирзы, предложение его руки и сердца, внезапное появление полицейских, арест молодого князя, суд и приговор.

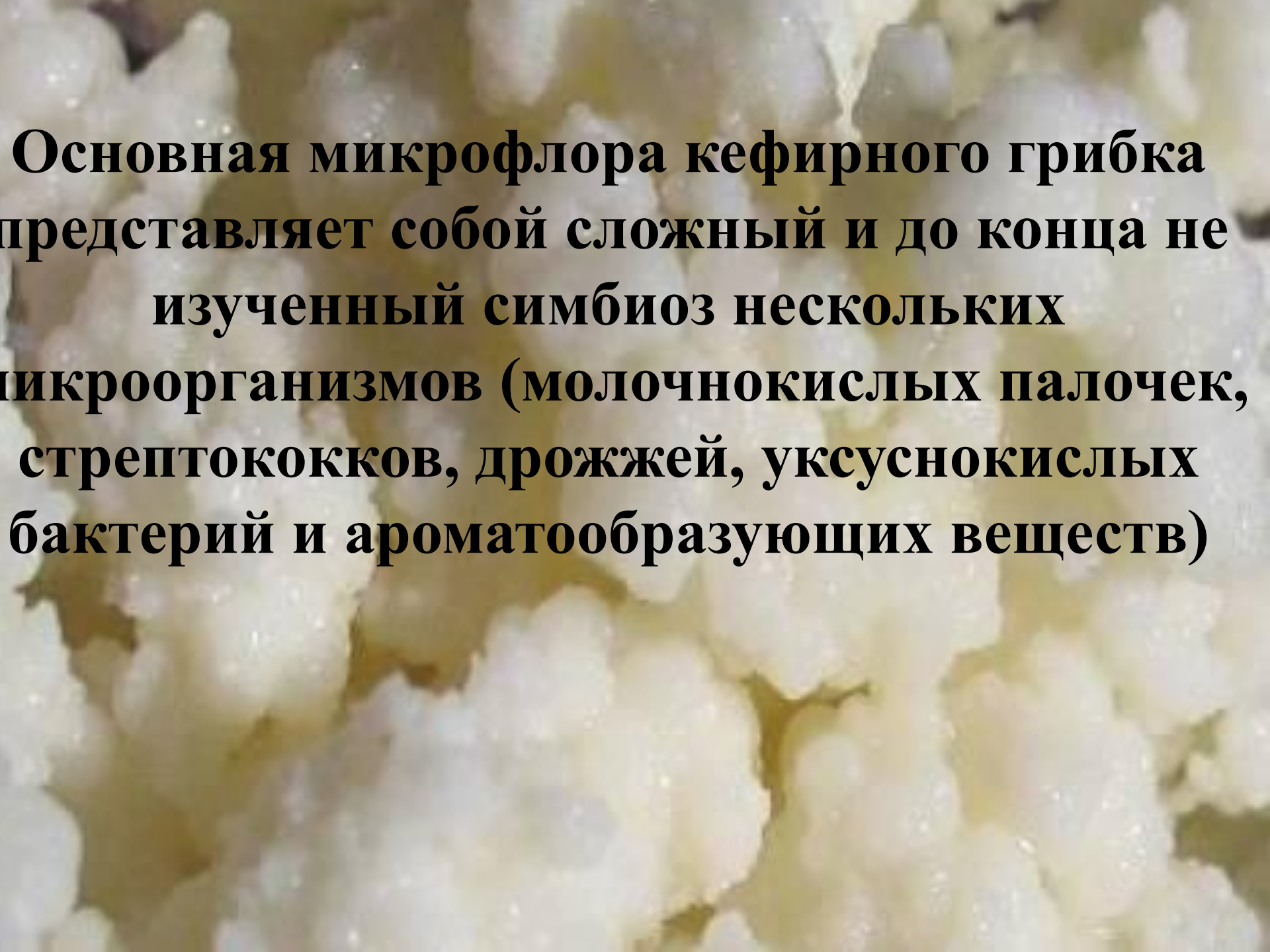


**В качестве компенсации князь должен был
передать пострадавшей 10 фунтов священных
горошин**



Спустя некоторое время фирма Бландова приступила к выпуску российского кефира, первые бутылки которого были направлены пациентам Боткинской больницы.





**Основная микрофлора кефирного грибка
представляет собой сложный и до конца не
изученный симбиоз нескольких
микроорганизмов (молочнокислых палочек,
стрептококков, дрожжей, уксуснокислых
бактерий и ароматообразующих веществ)**

Помещенная в молоко закваска вызывает в нем различные изменения: молочнокислое и спиртовое брожение. Однако при всей своей нынешней доступности «пшено Пророка» так и не утратило своей главной тайны — искусственно вывести кефирный грибок людям пока так и не удалось.



Ещё несколько фактов:

- Нормализует флору кишечника, избавляет от дисбактериоза**
- Улучшает обмен веществ**
- Выводит из организма шлаки**
- Низкокалорийный, хотя, по поводу калорийности кефира диетологи постоянно дискутируют. Энергетическая ценность напитка зависит от его жирности. Кроме того, большое значение в этом вопросе имеет происхождение напитка: сделан он в промышленных условиях или дома, путем естественного брожения**
- Укрепляет иммунную систему, чрезвычайно полезен для страдающих синдромом хронической усталости**
- Кефир обладает успокаивающим действием, потому не помешает выпить на сон грядущий стаканчик этого напитка. Хороший антидепрессант**
- Вполне может заменить витамины для красоты. Ведь кефир делает крепкими и здоровыми волосы и ногти, способствует укреплению костей и зубов, дарит хороший цвет лица. Каждая женщина знает, что кефирные маски – отличные косметические средства для волос и кожи лица.**
- Кефир легко усваивается, в отличие от молока. А еще способствует быстрому усвоению другой пищи.**



Спасибо за внимание!

