

Бадьян

Небольшие вечнозеленые деревья или кустарники. Одногодичные веточки светло-зеленые, голые.

Листья большей частью собранные на концах побегов, цельнокрайние, черешковые без прилистников с мелкими точками-железками.



Цветки обоеполые, одиночные, пазушные на цветоножках, повислые, желтые или пурпурные; околоцветник из 3–6 наружных и 12–15 внутренних долей, расположенных в несколько кругов; тычинки и плодолистики многочисленные.

Плод сборный, состоящий из многих односемянных сухих древеснеющих листовок, расположенных звездообразно на коническом цветоложе. Семена твердые, гладкие, блестящие.

Плодоносить начинает на пятый год.

Родина бадьяна – Юго-Восточная Азия. Культивируется он также в Индии, Вьетнаме, Камбодже, Ямайке, на Филиппинах и в других теплых странах, а дикорастущий бадьян встречается в Японии и Китае.

Первыми открыли вкусовые качества бадьяна китайцы, еще в древности они стали использовать специю в кулинарии и в медицинских целях. В начале 16-го века бадьян попал к европейцам и стал популярной «кондитерской» специей, его добавляли в выпечку, сладкие блюда, напитки. В Россию бадьян

доставляли из Европы, а затем купцы открыли торговый путь через Сибирь, Монголию в Китай, что способствовало удешевлению специи, широкому ее распространению и возникновению названия «сибирский анис».

Использование бадьяна в кулинарии

В качестве пряности используют сухие молотые семена бадьяна, которые превращаются при обработке в крупнозернистый порошок коричневого цвета с красноватым оттенком. При помоле бадьян издает запах, похожий на анисовый, поэтому часто его называют анисом звездчатым. На самом деле бадьян ароматнее и обладает сладковатым вкусом с некоторым оттенком остроты и свежести. Анис же во вкусе содержит приторный оттенок.

Бадьян – незаменимая пряность, прежде всего, китайской кухни, где он входит в состав знаменитых «пяти специй», содержащих также корицу, гвоздику, фенхель и сычуаньский перец. Это дает возможность использовать его в пряных смесях для улучшения вкуса блюд из свинины, птицы (гусей, уток, цыплят). Он придает блюдам не только свежесть и аромат, но улучшает вкусовые качества.

Китайские кулинары используют бадьян вместе с другими пряностями для приготовления бульонов и супов.

Бадьян обычно применяют для приготовления пряников и коврижек, печенья.

Специю используют также при приготовлении киселей, муссов, компотов, фруктовых блюд из слив, айвы, груш, яблок, крыжовника, а также для ароматизации водок и ликеров в промышленном производстве, грога и рома в домашних условиях.

Варенье, приготовленное с бадьяном, сохраняет приятный цвет и долго не засахаривается.

Вьетнамцы любят супы из говядины с бадьяном, индонезийцы готовят с этой специей густой соус. Китайцы добавляют бадьян в заливное из утки, почки с кунжутом и чесноком, маринованные яйца, а также в знаменитый суп из акульих плавников – это единственный случай, когда специю добавляют в рыбное блюдо.

В Армении бадьяном приправляют фаршированную тыкву и маринованный виноград, добавляют в чай, готовят из него освежающий напиток. Бадьян используют для приготовления грога. Он хорош в меру, иначе блюдо будет горчить.

Пищевая ценность в 100 граммах:

Белки 18 гр

Жиры 16 гр

Углеводы 50 гр

Калорийность: 337 кКал

Бадьян обладает высоким содержанием аскорбиновой кислоты (21 мг). Также в нем содержатся витамины группы В: В1, В2, В3, В5, В6, В9 и витамин А. Минеральные вещества – это медь, марганец, кальций, фосфор, железо, магний, натрий, медь, цинк, сера.

Рецепт

Ингредиенты /2 порции/Чай с бадьяном

Бадьян 2 звездочки

Вода 400 грамм

Корица 2 стручка

Мята 3 листочка

Сухая стружка лимонной цедры 1/3 чайной ложки

Сухая стружка апельсиновой цедры 1/3 чайной ложки

1. В классический заваренный черный чай кладется 2 звездочки бадьяна и настаивается 2–3 минуты. Затем бадьян вынимается.

2. Далее в чай кладется два стручка корицы для придания напитку насыщенного вкуса.

3. Чай разливается по чашкам. По желанию можно добавить 2–3 листочка мяты для придания чаю мятного оттенка, сахарный песок или мед по вкусу, а также 1/3 чайной ложки лимонной либо апельсиновой цедры. И в зависимости от Ваших вкусовых предпочтений наслаждайтесь чаем.

Использование бадьяна в медицине

Бадьян оказывает:

- Противоспазматическое действие, стабилизирует работу желудка и применяется при профилактике метеоризма.
- Применяется от поноса и несварения желудка.
- Способствует очищению организма и выведению токсинов.
- Укрепляет иммунитет, стабилизирует работу нервной системы, полезен для работы сердечно-сосудистой системы, снижает частоту сердцебиения.
- Обладает мочегонным действием. Однако при добавлении к бадьяну укропа и листа брусники такая смесь может вызвать обезвоживание организма.
- Полезен при лечении кашля, восстановлении голоса, способствует разжижению мокроты и отхаркиванию.
- Стимулирует выработку эстрогена (для женщин).
- Бадьян полезен кормящим матерям, так как он способствует увеличению количества молока и появлению месячных.
- Полезен для детей, так как способствует отхождению газов.
- В народной медицине используются чаи, настои, отвары из семян бадьяна, которые применяют для лечения лихорадочных состояний, судорог, от кашля, как глистогонное средство.

Транс-анетол – основной компонент масла бадьяна, обладает выраженным сосудорасширяющим действием. Транс-анетол, как показал эксперимент на животных с индуцированной гипергликемией, обладает сахароснижающими свойствами, что делает его перспективным для использования в фармацевтических препаратах для диабетиков.

Вредные свойства бадьяна

Он может вызвать аллергию. При возникновении покраснения, сыпи на теле, отеков и других не свойственных реакций надо обратиться к врачу.

В концентрированном виде масло бадьяна не следует наносить на кожу, так как оно может вызвать ожог.

Противопоказана специя людям, больным эпилепсией, а также склонным к повышенной нервной возбудимости.

Использование бадьяна в эзотерике

Основное свойство бадьяна – пробуждение способности к предвидению. Поэтому в древности люди придавали этой пряности поистине магическое значение.

Говорят, если сжигать семена бадьяна в качестве благовония, то можно обрести способность ясновидения. Иногда специю нанизывают на нить вместе с мускатным орехом, тонкинскими бобами и другими травами и растениями, в результате чего получается ожерелье, заряженное магической энергией и издающее очень сильный аромат, который защищает Вас от дурного глаза.

Бадьян успокаивает нервную систему, делает человека более стрессоустойчивым, защищает от негативного вторжения, избавляет от ночных кошмаров. Это растение используют для развития ясновидения, интуиции, предчувствия.

Использование бадьяна в парфюмерии

Бадьян используется парфюмерами при создании фужерных, ароматических и шипровых композиций. Именно он применялся при создании таких признанных шедевров Жака Герлена, как «После ливня» Apres l'ondee, «Сумерки» L'HEURE BLEUE, а также бадьян использован в таких известных ароматах, как AIMEZ-MOI Caron ORIENTAL (W) – FLORAL, BALANE Leonard Leonard.

Бадьян:

- возвращает молодость стареющей коже;
- повышает тургор увядающей кожи;
- придает упругость коже груди;
- нормализует водно-жировой баланс кожи;
- обладает антисептическим действием.

Для массажа используются 2–3 капли бадьянового масла на 10 мл масла-основы.

Для аромалампы – 2–3 капли на 15 кв. м площади.

Масло бадьяна

В плодах бадьяна содержится эфирное масло (5–10 %), богатое анетолом (до 90 %). Анетол бадьяна представлен Е-изомером. Благодаря ему специя обладает спазмолитическими свойствами и способностью вызывать отхождение газов. Наличие терпинов, смол, танинов, сахаров дает возможность использовать ее в качестве лечебного средства. Присутствующий в бадьяне линалоол придает ему нотки аромата ландыша, а лимонен – приятный цитрусовый аромат.

Масло бадьяна получают из измельченных свежих или сухих плодов этого вечнозеленого растения. Метод получения – дистилляция водяным паром. Выход масла – 9 %.

Цвет масла – от бесцветного до светло-желтого, аромат – сильный, своеобразный, напоминает анис, вкус – сладковатый. При незначительном охлаждении масло застывает при температуре +15–19°, превращаясь в белую кристаллическую массу. Если бадьяновое масло несколько раз довести до кипения, то потом оно не застывает даже при сильном охлаждении.

Масло бадьяна токсично, предельно допустимая концентрация в мыле – до 0,1 %, в духах – до одной четвертой, в кремах, лосьонах и зубной пасте – еще меньше.

Бадьяновое масло сочетается с маслами имбиря, черного перца, кардамона, гвоздики, кедр, кориандра, лавра, мандарина, розового дерева, тмина, укропа, фенхеля.

Наличие в бадьяновом масле смол, сахаров и танина позволяет использовать его в ароматерапии для лечения многих заболеваний.

Масло бадьяна отпугивает различных насекомых: комаров, блох, тараканов, моль, мухоедов, вшей, птичьих клещей.

А знаете ли Вы...

1. Наибольшее распространение бадьян получил в китайской кухне и сейчас неоспоримо с ней ассоциируется. Большинство плантаций для мирового импорта и внутреннего рынка расположены на юге Китая. Расширение происходит от трудов, ведь до полного взросления вечнозеленым деревьям требуются долгие годы. Только тогда они начинают цвести желтым или нежно-розовым цветом, который деревенеет после цветения, а собранные плоды высушивают, и тогда их можно использовать как пряность.

2. На бадьян уже давно обратили внимание и медики. Сейчас фармацевтические компании нередко заказывают для себя урожай плодов для получения шикимовой кислоты, которую успешно применяют для лечения птичьего гриппа.

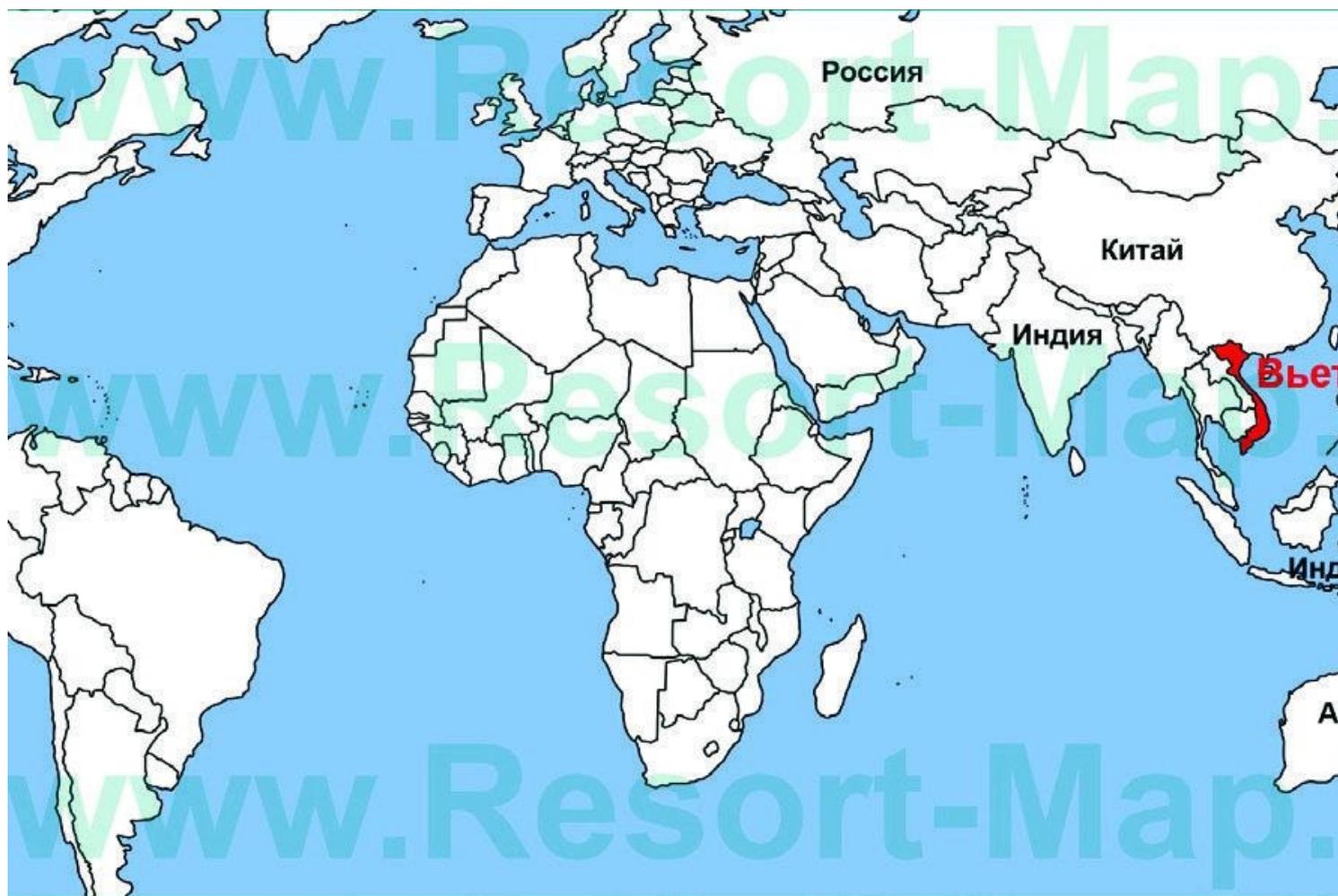
3. Шикимовая кислота используется в качестве хиральной «затравки» в синтезе фармацевтических препаратов.

Из природной шикимовой кислоты в ходе многоступенчатого синтеза получают осельтамивир – активное вещество медикамента против гриппа Tamiflu. Длинный путь синтеза через опасные промежуточные соединения, небольшой общий выход (примерно 35 %) и дорогостоящая добыча шикимовой кислоты из растительного сырья (китайский бадьян) затрудняют производство осельтамивира в больших количествах. Нехватка осельтамивира во время эпидемии птичьего гриппа H5N1 в 2005 году вызвана недостаточным количеством сырья для производства этого препарата.

В связи с недостаточным количеством производимой для нужд фармацевтической промышленности шикимовой кислоты идет поиск экономически более целесообразных ее источников. Сырьем для получения этой кислоты может служить ликвидамбар. Исследование 2010 года, проведенное Университетом штата Мэн, показало, что шикимовая кислота может также быть выделена из хвои нескольких видов сосны. Проводятся также работы, целью которых является создание штаммов микроорганизмов, пригодных для микробиологического производства шикимовой кислоты.

А теперь отправимся в путешествие на родину бадьяна – Вьетнам...

Вьетнам



Вьетнам – государство в Юго-Восточной Азии, расположенное на полуострове Индокитай. На западе граничит с Лаосом и Камбоджей, на севере – с Китаем, с востока и юга омывается Южно-Китайским морем. Столица – Ханой. Численность населения – 90,5 млн чел.

Государственное устройство

Согласно действующей Конституции 1992 года, Вьетнам – это социалистическая республика. Ее глава – Президент. Конституция 1992 года говорит о том, что центральная роль в политической и общественной жизни Вьетнама принадлежит Коммунистической партии.

Законодательная власть принадлежит однопалатному парламенту – Национальному собранию (состоит из 498 депутатов). Депутаты Национального собрания из своего состава избирают Президента, который назначает Премьер-министра.

История

Первым государством на территории современного Вьетнама был Ванланг. История Вьетнама начинается с 221 г., когда он попал под власть китайских императоров и оставался частью Китайской империи до 939 г. В 968 г. Дин Бо Ли провозгласил себя императором и основал вьетнамское государство Дайвьет. Династия Ли правила страной до 1225 г., когда власть в стране перешла к династии Тран. В 1406 г. китайские войска вновь оккупировали страну, однако в 1427 г. вьетнамцы, выгнав захватчиков, вернули себе независимость. В дальнейшем история Вьетнама насчитывает несколько ярко выраженных исторических периодов.

В начале 17-го в. Вьетнам оказался разделенным на две части – Северную и Южную. В это время в стране появились первые европейцы – голландцы, англичане, а в 18-м в. – французы. В 1802 г. династия Нгуен объединила всю империю, назвав ее Вьетнамом. В 1858 г., под предлогом защиты христиан и миссионеров, Франция послала во Вьетнам свои войска, и в 1884 г. Вьетнам фактически стал французским протекторатом.

В 1940–1945 гг. страна была оккупирована японскими войсками. После освобождения в 1946 г. Вьетнам был провозглашен республикой Индокитая. В декабре 1946 г. началась индокитайская война, в результате которой Франция в 1954 г. потеряла Вьетнам, а также другие колонии – Лаос и Камбоджу. Согласно Женевским соглашениям, Вьетнам был разделен на два государства. На юге страны была провозглашена Республика Вьетнам, а в северной части страны в 1959 г. была образована Социалистическая Республика Вьетнам, во главе которой стал видный политический деятель Хо Ши Мин.

В 60-х гг. начался вооруженный конфликт между двумя вьетнамскими государствами, постепенно переросший в крупномасштабную войну, в которую вмешались Соединенные Штаты Америки, поддержавшие правительство Южного Вьетнама. Война закончилась подписанием в 1973 г. Парижского соглашения о прекращении огня, однако конфликт продолжался до падения сайгонского режима в 1975 г. Официальное объединение Северного и Южного Вьетнама в единое государство произошло в июле 1976 г.

В 90-х гг. в стране началась либерализация экономики, которая позволила добиться значительного экономического роста и повышения жизненного уровня населения.

Экономика

В экономической стратегии на 2013 г. были сформулированы задачи по укреплению макроэкономической стабильности, сокращению инфляции и увеличению темпов роста экономики. В начале года правительством приняты два программных постановления (№ 01NQ-CH и № 02/NQ-CP) по реализации плана социально-экономического развития на 2013 г. и мерам государственной поддержки производственного и банковско-финансового секторов экономики, реструктуризации промышленных предприятий. Государство, используя административные механизмы, осуществляло плотный контроль и мониторинг в течение года за развитием экономической ситуации в стране и гибко реагировало на возникающие проблемы через принятие дополнительных директив, направленных на выполнение макроэкономических показателей.

Структура ВВП отражает тенденцию увеличения темпов роста сферы услуг, что соответствует стратегической программе социально-экономического развития страны на период 2011–2020 гг.

Приоритетными отраслями экономики являются энергетика, перерабатывающая промышленность, индустрия высоких технологий, добыча полезных ископаемых, металлургическая и химическая промышленности, оборонная промышленность.

Основные товарные рынки представлены в виде сборочного производства электронной техники, компьютеров и мобильных телефонов, швейного производства, производства обуви и кожгалантереи, морепродуктов, древесины и мебели, продукции тропического земледелия – риса, натурального каучука, кофе, чая, арахиса.

Основными торговыми партнерами Вьетнама остаются Китай (товарооборот – 50,2 млрд долл. США, рост – 22 %), США (29,1 млрд долл. США, рост – 19 %), Республика Корея (27,3 млрд долл. США, рост – 29 %), Япония (25,3 млрд долл. США, рост – 2,43 %), Тайвань (11,6 млрд долл. США, рост – 9,43 %), Таиланд (9,4 млрд долл. США, рост – 9,3 %), Малайзия (9,0 млрд долл. США, рост – 13,9 %), Сингапур (8,4 млрд долл. США, падение на 8 %).

На указанные страны приходится 55 % общего внешнеторгового оборота Вьетнама.

По данным Международного валютного фонда, Вьетнам занимает 57-е место среди 187 государств по объему ВВП, активно участвует в международных интеграционных процессах, выступает одним из ведущих мировых продуцентов риса, кофе, натурального каучука, черного перца.

Центр тяжести экономики Вьетнама смещается от аграрной сферы к сектору сервиса. Сервис (отели, общественное питание, транспорт) приносит уже больше трети ВВП. Остальную часть ВВП приносят производство и строительство (28 %), сельское хозяйство и рыбная ловля (20 %), горнодобывающая промышленность (10 %).

В 2007 году доля туризма в ВВП составила 4,5 %. Все больше иностранных инвестиций сосредоточивается на туризме. Туризм (особенно строительство отелей) занимает третье место по привлечению инвестиций после тяжелой промышленности и городскому развитию.

Туризм

Растущая отрасль экономики Вьетнама.



С 1999 по 2004 годы уровень туризма вырос на 63 %. Большинство гостей страны 2004 года приехали из Китая, по 8–9 % – из США, Японии и Южной Кореи. Национальная администрация по туризму Вьетнама следует долгосрочному плану диверсификации туристической сферы, приносящей необходимую стране иностранную валюту.

В 2008 году Вьетнам посетило 4,2 млн иностранцев. В 2009 году – 3,8 млн. В 2010 году – около 5 млн. В 2011 году – около 6 млн иностранцев.



Объекты всемирного наследия ЮНЕСКО во Вьетнаме:

1. Памятники бывшей королевской столицы Хюэ.
2. Залив Холонг.
3. Старинный город Хойан.
4. Тямское святилище Мишон.
5. Национальный парк Фонгня-Кебанг.
6. Королевская цитадель Тханглонг, Ханой.
7. Цитадель династии Хо, пров. Тханьхоа.
8. Туристическая зона Чанган.

Достопримечательности

1. *Дворец воссоединения* находится неподалеку от Нотр Дам Де Сайгон и примерно в двадцати минутах ходьбы от туристического района Хошимина. Также известен как Дворец Независимости (Independence Palace).

Для вьетнамцев он является символом окончания войны, поскольку она официально закончилась 30 апреля 1975 года, когда ворота дворца проломил и въехал на территорию танк северо-вьетнамских войск.

История этого места началась задолго до вьетнамо-американской войны. Изначально в 19-м веке был построен Norodom Palace. В феврале 1962 г., уже во время войны, по дворцу нанесли удар два южно-вьетнамских бомбардировщика, и он был сильно поврежден, почти полностью было разрушено левое крыло. Дворец отстроили заново, и с 1967 года он стал резиденцией президента южного Вьетнама генерала Нгуен Ван Тхьеу, пока в 1975 году в него «не приехал» северо-вьетнамский танк.

Рассказывают, что обстановка многих комнат дворца-музея воссоздана с большой точностью. Вокруг дворца разбит парк, в котором выставлено несколько единиц военной техники, непосредственно участвовавшей в исторических событиях.

2. *Бухта Халонг* включает в себя более 3000 островов, а также небольшие скалы, утесы и пещеры. Площадь ее составляет около 1500 кв. км. Как наземный, так и подводный мир характеризуется высоким биоразнообразием.

Халонг переводится как «там, где дракон спустился в море». По легенде, остров Халонг был создан большим драконом. Он всегда жил в горах, когда же он вышел, то продолбил хвостом долины и лоцины разнообразной формы. После его погружения в море места, выкопанные его хвостом, заполнились водой, и остались только маленькие островки земли.

Самым цивилизованным островом в заливе считается Туанчау. Именно здесь располагается бывшая резиденция Хо Ши Мина. К тому же ожидается строительство на острове курортного комплекса.

Катба – самый большой остров в бухте Халонг. Около половины острова в 1986 году было объявлено национальным парком. На острове есть множество озер, водопадов и гротов, прибрежные коралловые рифы. Хорошо известными пещерами в бухте Халонг являются грот Бонау, Девичье и Небесный Дворец. Также известен грот Барабан, получивший свое название из-за звуков барабанного боя, раздающихся из него при порывах ветра. Самой красивой пещерой считается грот Дауго. Один из островов бухты носит имя советского космонавта Титова.

3. *Водопад Понгур* является одним из самых больших и красивых во Вьетнаме и находится в 50 км от города Далат. Во время сезона дождей вода широким потоком низвергается по множеству каскадов и впадает в бассейн у подножия. В сухой сезон водопад становится похожим на множество ручейков. По пути к водопаду раскинулись красивые пейзажи, кофейные и авокадовые плантации.

Территория водопада большая и ухоженная, есть беседки для отдыха и пикника, несколько кафе, домики для отдыха.

4. *Вьетнамский кукольный театр* на воде очень тесно связан с происхождением и бытом вьетнамского народа. Несмотря на то, что многие современные жители Вьетнама редко посещают этот традиционный для своей страны театр, данный вид искусства, существующий уже более тысячи лет, не только преодолел порог благоденствия и качества, но и нередко ставится на центральное место среди остальных театральных жанров. Кукольный театр на воде обогащает мировое культурное наследие, и вьетнамские кукловоды обладают, бесспорно, уникальнейшим методом изображения окружающего мира.

На памятнике Сунг Тхиен Зиен Линь в деревне Дай, провинции Намха, записано 4036 слов, повествующих о возникновении кукольного театра на воде: «Взволновалась река, и появилась на водной глади золотая черепаха. В звуке музыки приоткрываются ворота в пещеру, и появляются феи, исполняющие танец ветра. Плавные, изящные движения сопровождаются веселой музыкой. Резвятся молодые угри. Золотая черепаха подплывает к королю и уважительно кланяется. А вот и охотники идут на зверя».

Главный и неизменный герой театра – кукла-мальчик Тэу. Он силен и ловок, умен и хитер. Мальчик Тэу одновременно и заводила всех игр, и шутник, и рассказчик, и острый критик.

Основа репертуара кукольного театра на воде – это сюжеты о различных видах сельскохозяйственной деятельности вьетнамских крестьян, таких как пахота, боронование, посадка риса, погон на пастбище скота и домашней птицы, рыбная ловля, а также сюжеты о народных празднествах и фестивалях. Не обойтись в театре кукол и без священных символов вьетнамского народа: блестящих драконов, извергающих огонь, единорогов, черепах, фениксов. Издавна считается, что все эти существа стремятся к простой земной жизни. Одно из самых красивых и завораживающих представлений – танец фей.

Кукольный театр на воде – это самый традиционный вид искусства во Вьетнаме, и представлен он по всей стране: в Ханое, Хатэй, Виньфу, Хабак, Хайхынг, Хайфонг, Тхайбинь, Тханьхоа, Нгетинь... Причем театральная техника в каждом районе имеет свои секреты и трюки, будь то взрывание петард под водой для изображения огнедышащего дракона или подпрыгивание куклы-артиста прямо на спину буйвола.

Благодаря своей самобытности театр кукол на воде занимает главенствующее место в сокровищнице вьетнамского культурного наследия, а также наследия мирового.

5. Дельта Меконга

Главными городами Дельты Меконга являются Кантхо, Чаудок, Митхо, Каибе, Виньлонг и окрестности.



Кантхо — шумный город с живописными видами реки. На протяжении всей своей истории город тесно связан с рекой. Кантхо является крупнейшим городом в дельте Меконга и одним из главных туристических центров дельты. Основные достопримечательности города – плавающие рынки (торговля происходит на лодках) и птичьи сады.

Самые крупные вузы – Университет Кантхо и Институт рисоводства дельты Меконга.

В апреле 2010 г. было открыто движение по новому мосту. До этого переправа была только паромная. На момент открытия мост был на 20-м месте в мире по длине вантового пролета.

Чаудок расположен в Южном Вьетнаме на берегу реки Меконг недалеко от границы с Камбоджей. Хотя он является самым удаленным городом, но также впечатляет своей колоритной и дружественной атмосферой. Традиции его поддерживаются укладом жизни вокруг простирающейся реки, по которой курсируют лодки, полные изобилия и щедрости вьетнамской земли.

Чаудок издавна известен проводящимися здесь гонками на лодках-пирогам. В городе имеются значительные общины китайцев, тямов и кхмеров, каждая из которых имеет свой отдельный храм.

Одной из основных достопримечательностей Чаудока считается храм Чауфу, который был построен в 1926 году в честь Тхай Нгок Хоу (1761–1829 гг.), похороненного на горе Сам. Здание украшено орнаментом в китайском и вьетнамском стиле. Внутри храма находятся поминальные дощечки с именами умерших и их биографией. Помимо этого храма в Чаудоке есть и другие религиозные и исторические здания, в том числе католическая церковь и несколько мечетей.

Чаудок известен также по всему Южному Вьетнаму своим традиционным производством шелка.

Митхо является ближайшим городом от Хошимина в дельте Меконга. Проплывая по многочисленным каналам реки, на пути можно встретить деревушки, поражающие своим местным колоритом и открытостью.

Митхо является религиозным центром.

Пагода Винь-Чанг – самая большая в этой местности, сочетающая в себе азиатский и европейский стили.

Церковь Митхо построена в 19-м веке для многочисленной общины христиан, выполняющей роль католической школы. Парк, примыкающий к ней, является местом для размышления о прекрасном и вечном.

Митхо знаменит также своей кокосовой фабрикой, а его окрестности – крокодиловой и змеиными фермами.

6. Грязелечебница Тхап Ба в Нячанге

Грязелечебница Тхап Ба расположилась в живописном горном месте Нячанга. Территория у комплекса Тхап Ба занимает около 3 га, зеленая и красивая. Воздух здесь кристально чистый, а сам курорт органично вписывается в местный ландшафт: его окружает эвкалиптовая роща, плодовые деревья и ярко цветущие благоухающие кустарники.



Горячую минеральную воду для курорта добывают на глубине 100 метров, это обеспечивает ее абсолютную чистоту. Минеральные источники Тхап Ба богаты минеральными солями и микроэлементами, которые вызывают в организме оздоровительные реакции.

Температура минеральных грязей в Тхап Ба – 38 градусов. Температура горячей минеральной воды – 40 градусов. Несмотря на то, что на первый взгляд такая температура кажется очень высокой, горячая минеральная вода не обжигает кожу, а только способствует более активному проникновению в организм полезных веществ и более высокой регенерации клеток кожи.

Помимо всего вышеперечисленного, на территории комплекса можно расслабиться и подремать под соломенным зонтиком на шезлонгах, расставленных вокруг бассейнов.

7. *Храм Литературы* в Ханое имеет историческое значение как для столицы, так и для Вьетнама в целом. Он размещен на банкноте 10 000 донгов.

Храм Литературы (Van Mieu) был построен в 1070 году императором Ли Нхань Тонгом (Ly Nhan Tong) в честь Конфуция и его последователей, а спустя шесть лет после этого на его основе был организован первый вьетнамский университет. Здесь сохраняются исторические памятники тысячелетней цивилизации, среди них статуи Конфуция и его учеников, а также такие древние постройки, как павильон Гуэ Ван и Культовый Зал. Университет здесь был учрежден для обучения детей высокопоставленных мандаринов (чиновников).

В 1484 г. император Ле Тхань Тонг приказал установить в храме стелы, на которых стали записывать имена, место рождения и достижения людей, получивших докторскую степень на экзаменах, проводившихся раз в три года, начиная с 1442 г. Хотя между 1442 и 1778 годами было проведено 116 экзаменов, однако, когда практика занесения имен на стелы прекратилась, в храме оказались лишь 82 стелы. Они и сегодня находятся в храме и представляют собой каменные плиты на спинах черепах. В 2010 году они были признаны ЮНЕСКО мировым документационным наследием.

В 1802 г. император Зя Лонг перенес национальный университет в свою новую столицу Хюэ, а храм остался в Ханое почти в таком же первоизданном виде.

8. *Древний городок Хойан*. Небольшой город в центральной части Вьетнама, на побережье Южно-Китайского моря. Внесен в список объектов Всемирного наследия ЮНЕСКО. В Хойане 844 официально признанных здания исторического значения. Среди них старинные китайские дома, чамские храмы, магазины, общественные здания, могилы.

Хойан является одним из популярных туристических мест Вьетнама. Город находится в 25 километрах к югу от Дананга, на берегах реки Тхубон (Thu Bon), в нескольких километрах от побережья.

Хойан, также известный под своим старинным названием Файфо (Faifo), был в 16–17 веках важным и очень занятым торговым портом. Позже центр торговли переместился в Дананг, но в сердце Хойана – старом городе – сохранился дух старинного торгового города.

Хойан – один из самых романтических курортов Вьетнама. Город также известен своими традиционными и сувенирными магазинами, большим количеством швейных мастерских.

Пляжи Хойана находятся в нескольких километрах от центра города, они песчаные, немногочисленные и очень чистые.

9. *Пещера Шондонг (Сон Дунг)*. Это еще одно природное чудо Вьетнама, причем совсем новое. Она была обнаружена британскими учеными только в 2009 году, а до этого о ней знали только местные жители. Она примечательна тем, что это самая большая в мире пещера. Она настолько огромна, что здесь может поместиться целый небольшой город. Ее длина – 5 километров, а максимальная высота и ширина – 200 и 150 метров соответственно.

Пещера находится в очень труднодоступном месте в джунглях центрального Вьетнама, и попасть в нее можно только в составе серьезной экспедиционной группы, причем за немалые деньги. Поэтому включать ее непременно в свой маршрут не стоит.

10. *Крепость Хюэ*. Хюэ – бывшая имперская столица Вьетнама. Сегодня это город, где сохранилось множество достопримечательностей, центральной из которых является императорская крепость. Помимо крепости здесь также есть несколько музеев, храмов, в окрестностях города разбросаны императорские могилы. Нельзя не упомянуть и о благоухающей реке Хыонг, проходящей через город.

Национальная кухня

Основа национальной кухни Вьетнама подчинена исключительно здоровому образу жизни. Вот почему здесь употребляется максимальное количество сырых фруктов и овощей и минимальное количество жира. Употребление замороженных мясных или рыбных продуктов полностью исключается.



Вьетнам делится на три региона – Северный, Центральный и Южный. Каждый из них славится своими уникальными национальными блюдами.

Северная часть страны представлена разнообразием супов с лапшой, блюдо из мяса и морепродуктов.

В центральной части страны, где находилась древняя столица Гуэ, готовились самые вкусные блюда для императора и его окружения, поэтому до сих пор блюда отличаются и богатым вкусом, и сложностью приготовления.

Блюда южной части страны приправлены разнообразием натуральных специй. Все это сочетается с огромным количеством морепродуктов: крабов, креветок, лангустов, кальмаров и разных сортов рыбы.

Ни китайская, ни корейская, ни японская кухни не похожи на вьетнамскую. Использование мяты, кориандра, лемонграсса (лимонник), креветок, рыбного соуса «нюок мама», имбиря, черного перца, чеснока и базилика насыщает эти блюда неповторимым особым ароматом. Не жгучие, а нежные и изысканные специи, минимум жира, свежие ингредиенты, разнообразные рисовые блюда, различные

овоши и морепродукты придают вьетнамской кухне не только вкус, но и делают ее здоровой и весьма популярной.

Вьетнамские сладости необычайно красивы на вид, удивительно ароматны и потрясающе вкусны, а главное, они на все 100 % натуральны и без всякой «химии».

Мэт – это засахаренные кусочки фруктов, овощей, лепестки цветов и даже зерна. Сегодня мэт производят в промышленных объемах на кондитерских фабриках, но самый вкусный готовят вьетнамские женщины по старинным рецептам, благодаря которым цукаты сохраняют натуральный вкус и аромат. Готовые цукаты укладывают в стеклянные банки, которые плотно закрывают, для того чтобы в них не попала влага и сохранился аромат.

Вьетнам славится своим потрясающим кофе, шоколадно-карамельным на вкус, с легкой горчинкой. Он не варится в турке, а подается в высоких стеклянных стаканах со льдом.

Свежевыжатые соки предлагаются из разных экзотических фруктов, особенно популярны напитки из свежесжатого сока молодого кокоса, сахарного тростника. Крепкие напитки во Вьетнаме – это рисовая водка и ром, которые готовятся из сахарного тростника. Многие путешественники называют ром «Chauvet», который в продаже имеется в двух видах: светлый ром, используется для приготовления разных коктейлей, и темный.

Также пользуется популярностью женьшеневая настойка. Изготавливают ее из корня лекарственного растения, которое называется Нгок Линь. Дикий женьшень еще издавна обладал целебными свойствами и особо ценился людьми.

Что касается самой настойки Нгок Линь, то корень женьшеня, который является основой для ее приготовления, укрепляет иммунитет, придает энергию, восстанавливает силы, продлевает молодость.

Самое лучшее пиво во Вьетнаме – Сайгон. Оно имеет достаточно приятный вкус, оставляет легкую горчинку послевкуся, а также отлично помогает утолять жажду и бороться с жарой на местных пляжах.

Кроме этого есть и другие разновидности пива: Тайгер, 333, Ханой, Асахи, Хайникены и т. д.

Традиции вьетнамской кухни

Во Вьетнаме существует многовековая традиция вегетарианского питания, связанная со сложной системой постов в буддизме и культе предков. По этой причине большая часть вьетнамцев в эти дни употребляет в пищу постные блюда, хотя иногда делаются исключения: на Новый год по лунному календарю на алтарь предков ставится скоромное угощение – бань тьинг (рисовый пирог с бобами, луком и свиной), завернутый в банановый листок. По традиции, это угощение связано с именем мифических правителей Хунгов – первопредков всего вьетнамского народа. Одновременно пирог бань тьинг символизирует землю (в форме квадрата), готовую принести трудолюбивым вьетнамцам свои дары.

Перед началом трапезы на стол подаются влажные салфетки для рук. За столом гости размещаются согласно своей значимости. Самое почетное место – для гостя или хозяина.

Общепринятым во Вьетнаме способом приема пищи является следующий: отваренный рассыпчатый рис подается на стол в большой тарелке, затем каждый из участников трапезы накладывает из нее рис себе в отдельную чашку. При помощи палочек участники трапезы набирают сервированные на отдельных тарелках кусочки мяса, рыбы, овощей, окунают в специально приготовленный к определенному блюду соус и добавляют их в свою чашку. Рядом с чашкой предусмотрена специальная подставка, куда кладутся палочки в перерывах между принятием пищи.

Кроме того, палочки можно положить поверх чашки, однако этот жест означает, что прием пищи закончен. Ни в коем случае нельзя оставлять палочки для еды в чашке с рисом в вертикальном положении, поскольку данное сочетание является в традиционной вьетнамской культуре глубоко символичным и используется на алтаре давно умершего предка.

У вьетнамцев считается, что самые лучшие и самые вкусные кусочки пищи того или иного блюда следует предложить гостю. Для вьетнамцев очень важно вернуться домой вовремя, к моменту приема пищи (обычно они обедают в 11–12 часов дня и ужинают в 18–19 часов) вместе с остальными членами семьи. В том случае, если человек не успевает это сделать, то дома будет ждать его порция пищи, а возможно, и семейная трапеза будет отложена до прихода хозяина.

В ресторанах или во вьетнамских семьях во время праздничной трапезы принято первоначально подавать холодные и горячие закуски под алкогольные напитки или пиво. Рис и овощные бульоны подаются в конце трапезы. По окончании основной части обеда со стола убирается использованная посуда, на него выставляются чайник с зеленым чаем и маленькие чашечки. Иногда для этого участники трапезы переходят за соседний стол или даже в соседнюю с рестораном чайную.

- Очень часто в качестве десерта после обеда или ужина употребляют всевозможные фрукты.
- Рассчитывается во вьетнамском ресторане один из участников трапезы, совершенно не обязательно мужчина. При расчете отнюдь не считается неприличным в присутствии гостей перепроверять счет. Чаевые во Вьетнаме не принято оставлять, напротив, хозяин ресторана иногда выставляет на стол для уважения гостей какое-нибудь дополнительное бесплатное блюдо, напиток, фрукты.

Это интересно...

1. Вьетнам занимает 2-е место в мировом экспорте риса. Рис в основном выращивается без применения сельскохозяйственной техники.

2. Вьетнам является ведущим экспортером орехов кешью и черного перца в мире. Он также занимает второе место после Бразилии по экспорту кофе. Кофейные деревья были завезены французами во Вьетнам в 1857 году.

3. Самая длинная в мире канатная дорога над морем находится в г. Нячанг. Она соединяет г. Нячанг и остров Хон Че, на котором находится парк развлечений Vinpearl Land. Длина дороги составляет 3 километра 300 метров.

4. На купюре достоинством 10 донгов образца 1976 года изображен трактор ТДТ-40 производства Онежского тракторного завода, а на купюре 200 донгов 1987 года изображен трактор «Беларусь».

5. Популярная фамилия во Вьетнаме (около 40 % населения) Нгуен (Nguyen). На втором месте фамилия Чан (Tran) – примерно 11 %.

6. Достояние страны – шелковые картины. О, это настоящие произведения искусства! На некоторые картины уходят годы, а их стоимость доходит до миллионов долларов. Работа поистине ювелирная, тонкая и кропотливая. После 5 лет работы девушки уходят и занимаются другим видом деятельности.

7. ЮНЕСКО объявила бухту Халонг объектом мирового природного наследия.

8. Вьетнам – страна заповедников; их здесь 30. Национальный парк Йок Дон в провинции Дак Йак – самый крупный из них и занимает площадь в 1200 квадратных километров. В этом парке любой турист может даже прокатиться верхом на слоне. Природа этой страны чрезвычайно богата – одни только горы и холмы занимают более 75 % ее территории.

9. Второе место по потреблению риса на душу населения прочно удерживает Вьетнам, уступая первое место Бирме. Среднестатистический вьетнамец съедает 169 кг риса в год.

10. Вместо хлеба вьетнамцы едят французский багет. Это главная кулинарная достопримечательность, прочно вошедшая в кухню Вьетнама после колонизации французами. Только вьетнамский багет короче французского раза в два.