

# Базилик

Это однолетнее травянистое растение; вид рода Базилик подсемейства Котовниковые семейства Яснотковые.



Базилик – ценное ароматное однолетнее растение, образующее красивый ветвистый и очень декоративный кустик, в зависимости от сорта достигающий в высоту 20–60 см. Также, в зависимости от сорта, продолговато-овальные блестящие листья базилика могут быть ярко-зелеными, темно-зелеными и даже зелено-фиолетовыми по цвету. Различаются между собой листочки различных сортов базилика не только цветом, но и формой, у одних они плоские, у вторых имеют резной край, ну а у третьих вообще гофрированные. Они могут быть крупными или мелкими, узкими или, наоборот, широкими, но именно из-за их божественного аромата, собственно, и выращивают базилик.

Начинает цвести базилик в конце июля – начале августа, как раз к моменту начала цветения в его листьях скапливается максимальное количество эфирного масла, отчего они источают еще более приятный аромат, и, как вы, наверное, уже догадались, именно в это время их лучше собирать.

В диком виде произрастает в Иране, Индии, Китае и некоторых других странах; в одичавшем состоянии встречается на юге Азии, в Африке, тропической зоне Америки, в России, Средней Азии и на Кавказе. Предполагаемая родина – Африка. Базилик был завезен в Европу вернувшимися из азиатских походов солдатами Александра Македонского. В России он появился в XVIII веке и использовался в первую очередь как лекарственное растение.

Существует около 70 видов базилика. Наиболее распространен базилик обыкновенный, или душистый. Он имеет продолговатые ярко-зеленые листья и отличается сильным перечно-прохладным запахом и горьковатым, но свежим вкусом. В Мексике выращивают коричный базилик, в Юго-Восточной Азии – лимонный, в Америке – лаймовый, в Тайланде – анисовый, в Африке – камфорный с голубыми листьями. Опаловый базилик отличается красивыми темно-фиолетовыми листьями, но аромат его не так

интенсивен, как у зеленых разновидностей.

## Использование базилика в кулинарии

Базилик – специя, которая активно используется в национальной итальянской, индийской кухне. Семена добавляются в супы, мясные блюда. Зелень дополнит вкус салатов, соусов, блюд из птицы, мяса и рыбы, паштетов, овощных супов, маринадов и солений. В Италии базилик – обязательная составляющая соуса песто и добавка к блюдам с томатами. Если добавить базилик в столовый уксус, облагораживается его вкус, ароматной жидкостью заправляются салаты.

Листья базилика лучше рвать руками, чтобы не были потеряны полезные свойства растения.

Еще один важный момент: базилик добавляется в конце варки, чтобы сохранились его ароматные качества.

Растение входит в состав многих пряных смесей: итальянские травы, букет гарни, карри, травы Прованса, «Хмели-сунели». Молодые веточки и листочки используют для отдушки уксуса, который затем применяют для придания пикантного привкуса салатам и белым соусам. Базилик хорошо сочетается с пряностями, отчего возникает неповторимый букет. В смеси с розмарином приобретает перечный запах; с чабром – усиливает остроту блюда. Оригинально сочетается с майораном, петрушкой, кориандром, мятой, экстрагоном. Несколько свежих листиков базилика, помещенных в бутылку уксуса, значительно улучшают его аромат. Такой уксус придает пикантный привкус салатам и белым соусам.

# Рецепт

## *Соус песто*

Бasilik (листья) 4 чаши

Сыр Пармезан натертый 1 чаша

Кедровые орехи обжаренные, натертые 0,5 чаши

Чеснок 3 зубчика

Лимон, в т. ч. цедра 1 шт.

Соль по вкусу

Перец по вкусу

Оливковое масло 1 чаша

1. Листья базилика промойте и хорошо просушите.
2. Нарежьте чеснок.
3. Приготовьте цедру.
4. Выложите в блендер базилик, чеснок, лимонную цедру и сыр. Полейте лимонным соком.
5. Добавьте соль и перец.
6. Залейте оливковым маслом.
7. После того, как вы все перемешали и получили однородную массу, песто нужно разложить по формочкам для заморозки.



8. Замораживать песто нужно не менее 3 часов. Вы можете хранить кусочки песто в морозильной камере до 3 месяцев. Для этого после заморозки переложите их в пакет или баночку, чтобы сохранить запах и вкус.

9. Подавать песто из базилика можно свежим или размороженным. Приятного аппетита!

## Пищевая ценность в 100 граммах:

Белки 3,2 гр

Жиры 0,6 гр

Углеводы 2,7 гр

Калорийность: 23 кКал

Базилик содержит до 1,5 % эфирного масла, 6 % дубильных веществ, гликозиды и кислый сапонин. Сильный приятный запах обусловлен наличием в его надземной части эфирного масла сложного состава, содержание которого в различных видах колеблется от 0,2 % до 1,5 %. Оно включает компоненты: метилхавикол, цинеол, линалоол, камфору, оцимен, дубильные вещества, кислый сапонин. Кроме того, оно содержит витамин С, В2, РР, провитамин А, сахар, каротин, фитонциды, Р-рутин.

# Использование базилика в медицине

*Лечебные свойства базилика:*

- защита организма на клеточном уровне;
- антибактериальные;
- противовоспалительные;
- источник витаминов и микроэлементов;
- мочегонное;
- противорвотное;
- тонизирующее;
- стимуляция аппетита.

## **Клеточная защита**

Листья базилика содержат значительное количество эфирных масел, состав которых уникален. Особые вещества – флавоноиды – обеспечивают защиту клеток организма от радиации и внешних негативных воздействий.

## **Антибактериальное действие**

Антибактериальное действие данного растения объясняется присутствием особых компонентов в составе эфирных масел (эстрагол, эвенол, лимонен, линалоол), которые способны подавлять рост таких микроорганизмов, как кишечная палочка, золотистый стафилококк, синегнойная палочка. Использование базилика в качестве приправы в сухом или свежем виде является профилактикой кишечных инфекций.

## **Противовоспалительное действие**

Противовоспалительное действие объясняется наличием вещества – эвгенола, которое блокирует специфический фермент, участвующий в реакции воспаления. Действие эвгенола сходно с такими препаратами, как аспирин, парацетамол. Поэтому базилик полезен людям с имеющимися хроническими воспалительными процессами – ревматоидным артритом, хроническим колитом и др.

## **Источник витаминов и микроэлементов**

Листья базилика содержат множество витаминов и микроэлементов. Так, базилик является источником витаминов В2, С, Р, К, предшественника витамина А (каротина). Магний, железо, калий, кальций также содержатся в этом лечебном растении. Такой богатый состав способствует многостороннему воздействию на организм человека – укрепляет стенки сосудов, улучшает приток крови к сердечной мышце, уменьшает риск возникновения аритмии, способствует снижению холестерина, улучшает рост волос и ногтей.

## Другие свойства

Применение базилика оправданно при заболеваниях почек, так как он обладает мягким мочегонным действием. Также некоторые компоненты эфирных масел помогают справиться с мочекаменной болезнью. Базилик оказывает благоприятное воздействие на желудочно-кишечный тракт, улучшает аппетит, обладает противорвотным свойством, уменьшает метеоризм (газообразование), помогает при расстройствах пищеварения.

Применение базилика в медицине поистине многогранно. Так как растение обладает антибактериальным и противовоспалительным действием, его отвар широко применяют в лечении заболеваний полости рта и дыхательных путей. Полоскание горла отваром базилика полезно при ОРЗ, тонзиллитах, стоматитах. Также полезно принимать такой отвар хроническим курильщикам. Ингаляции с базиликом помогут при бронхитах.

Беременным можно посоветовать масло базилика от тошноты при токсикозе первой половины беременности, однако следует учитывать, что при повышенном тоне матки базилик противопоказан. Отвар растения поможет женщинам для стимуляции лактации, восстановления менструального цикла. Чай с базиликом полезен для снятия стресса, стимуляции аппетита и для лечения депрессии. Эфирное масло базилика можно добавлять в ванну для лечения кожных заболеваний, а также для стимуляции иммунитета и снятия головных болей.

## **Использование базилика в эзотерике**

Дарует радость, любовь, мужество и исцеление, повышает экстрасенсорные способности, способствует примирению после ссоры.

Это очень позитивное растение, дающее энергию радости.

Несколько капель базиликового масла, добавленных в ванну, дают человеку бодрость и свежесть, снимают нервное напряжение.

Если постоянно контактировать с базиликом, человек становится оптимистом.

Также растению приписываются чудодейственные свойства – трава сама знает, какому человеку что нужно. Если человек напряжен – после приема базилика он расслабится, а если нужно собраться с силами – базилик активизирует жизненные процессы и восстановит энергетику организма.

## **Использование базилика в косметологии**

Исследования подтверждают, что применение базилика в уходе за волосами придает им блеск, а также активизирует волосяные луковицы, что улучшает рост волос при систематическом применении этой травы.

При уходе за кожей лица базилик способствует омоложению клеток, тонизированию и регенерации кожи, вот почему маски с ним в домашних условиях могут применяться и как успокаивающее, и как тонизирующее, омолаживающее средство.

А вот антибактериальное воздействие листочков базилика делает уместным его использование и в уходе за проблемной кожей.

## Это интересно...

*Итальянские травы* – смесь душистых трав, специй и пряностей, которые применяются для приготовления пиццы, спагетти, лазаньи, чабатты, минестроне и других итальянских блюд: орегано, тимьян, базилик, розмарин, чабер, шалфей, майоран и др.

*Букет гарни* — петрушка, тимьян, лавровый лист, базилик, сельдерей, розмарин, можжевельник, чабер, экстрагон, кервель, шалфей, майоран и др.

*Смесь специй Травы Прованса* – розмарин, базилик, тимьян, шалфей, мята, чабер, орегано, майоран и другие специи.

*Хмели – сунели* — смесь специй, популярная в Грузии, Армении, а сейчас и в России. Название хмели-сунели переводится с грузинского как «сухая пряность». Хмели-сунели не острая, но пряная ароматная приправа, которая отлично подходит для харчо, лобио, аджики, сациви, плова, вообще блюд из мяса, рыбы, птицы, бобовых, тушеных овощей, соусов, маринадов. В полный вариант хмели-сунели входят следующие специи: шамбала (пажитник, фенугрек), кориандр, укроп, сельдерей, петрушка, базилик, чабер, мята, лавровый лист, майоран, иссоп, красный перец, шафран. В малый вариант хмели-сунели входят такие специи, как кориандр, укроп, базилик, майоран, красный перец, шафран. Цвет хмели-сунели – зеленый. Все специи смеси имеют мелкий помол, берутся в равных пропорциях, за исключением красного перца и шафрана, которых берут совсем немного (не более 2 % от состава смеси). Хранить пряную смесь хмели-сунели желательно, как и все специи, в стеклянной герметично закрытой посуде в темном прохладном месте не дольше года.

*Смесь специй карри* существует тысячелетия. Карри была изобретена индусами, которые соединяли с пресным рисом и пробовали его разнообразить, добавляя специи, которые были под рукой. Всегда к услугам жителей Индии были черный перец, куркума, пажитник, (фенугрек, шамбала), семена кориандра.

Входящие в состав карри ингредиенты перемалываются в порошок (в домашних условиях непосредственно перед готовкой) и добавляются в блюдо в начале или середине приготовления (карри можно предварительно обжарить в масле или просто подогреть на сковороде). Кроме специй в карри могут входить и другие добавки, например, кокосовое молоко.

*А теперь отправимся в путешествие в Италию, страну, где базилик стал незаменимой специей при приготовлении итальянских блюд...*

# Италия

Это государство в Южной Европе, в центре Средиземноморья. Входит в Евросоюз и с момента его создания является третьей по величине экономикой Еврозоны.



Граничит с Францией на северо-западе (протяженность границы – 488 км), со Швейцарией (740 км) и Австрией (430 км) – на севере и со Словенией – на северо-востоке (232 км). Также имеет внутренние границы с Ватиканом (3,2 км) и Сан-Марино (39 км).

Занимает Апеннинский полуостров, Балканский полуостров (небольшую часть), Паданскую равнину, южные склоны Альп, острова Сицилия, Сардиния и ряд мелких островов.

На территории Италии находится 155 памятников Всемирного наследия ЮНЕСКО – больше, чем в какой-либо другой стране мира.

Столица – Рим. Численность населения – более 59 млн чел.

## Государственное устройство

Италия – парламентская республика. Глава государства – президент, который избирается коллегией выборщиков в составе депутатов обеих палат парламента и 58 представителей от регионов на семилетний срок. Законодательный орган – двухпалатный парламента из палаты депутатов и сената. Исполнительную власть возглавляет премьер-министр – лидер партии, получившей большинство на парламентарских выборах. Административно-территориальное деление – 20 административных областей, включающих 94 провинции. Национальный праздник – День провозглашения Республики (празднуется в первое воскресенье июня).

# История

Территория, которую мы сейчас называем Италией, начала заселяться еще 500 000 лет назад. По данным историков, это произошло с 10 000 по 8 000 гг. до нашей эры. Сначала территория была заселена неандертальцами, а потом их вытеснили гоминиды. Но даже Апеннинский полуостров по своему виду отличался от современного, и климат там был несколько иной. Примерно в 5000 году до н. э. на юге началось освоение земледелия. Пока что в северных районах было безлюдно. И только спустя тысячелетие началось формирование нескольких культур. Произошло заселение северной части.

Римской империи предшествовала этруская народность. Еще в 8 тысячелетии до н. э. они основали крупнейшие города. После себя они оставили богатейшую культуру, по которой мы сегодня можем проследить эволюцию их развития. Этруски занимались земледелием, животноводством. Они одни из первых начали добывать мед, оплавлять сталь, добывать железо. Но, в конце концов, разгорелся конфликт между этрусками и греками, в результате которого этруски пали.

Заселение греками Сицилии и северного района Италии началось уже в VII–VI веках до н. э. Это привело к возникновению таких городов, как Палермо и Мозия.

Италийским районом тогда называлась небольшая народная численность. Но спустя некоторое время распространилось мнение о том, что оски имеют родственные корни с греками, и вскоре вся территория, которую они занимали, начала называться Италией.

Но это было еще не конечным решением. На протяжении ранней итальянской истории территория Италии носила разные названия. Север итальянской территории в древности населяли четыре народности: галлы, реты, лигуры и венеты. Позже очень долго шла борьба между лигурами и римлянами за территорию. Это было уже во II веке нашей эры.

В 754 г. до н. э. латиняне образовали город Рим. Рим все время вел междоусобные войны за территорию. В 290 г. до н. э. он подчинил себе всю Среднюю Италию. В 265 г. до н. э. завоевал Южную Италию, победив греческого полководца Пирра. В результате победы в 264–241 гг. до н. э. над Карфагеном Рим получил в свои владения острова Сицилию, Сардинию и Корсику. В 202 г. до н. э. Он одержал победу над полководцем Ганнибалом и получил часть территории Испании.

Всего за каких-то два столетия Рим расширился просто неопишмым образом. За это время ему удалось завоевать Балканский полуостров, Малую Азию и Сирию, Галлию (современную Францию). А после того, как Рим завоевывает Египет, он становится империей. Затем происходит завоевание Палестины и Иудеи, Британии, территории современной Румынии.

Самым великим расцветом Римской Империи был II век н. э. Но после этого империя начала испытывать кризис. Было очень трудно держать под контролем такую огромную территорию, поэтому политика завоевания прекратилась, и на уже неагрессивную империю начались нападки со стороны соседних народов и государств.

Произошел раскол Римской Империи на западную и восточную. Образовалась Византия. В V–VII веках начинает происходить разгром Римской Империи. Рим был разбит впервые варварами, он грабился вандалами, уничтожалось множество произведений искусства. В 476 г. был свержен последний император Римской Империи, и вместо него было образовано первое варварское королевство.

Территория Италии была в страшном упадке и забвении. Крупные города, которые являлись торговыми центрами, были разрушены и стояли в руинах. В это время Византия пыталась наладить свое господство.

В VIII в. происходит формирование феодального общества. Вскоре была сформирована Священная Римская Империя, которая просуществовала до 1806-го. Примерно за 6 столетий с начала образования Священной Римской Империи было несколько попыток со стороны многих стран завоевать ее, некоторые части завоевывали другие народы, но завоевать всю Священную Империю не удалось никому.

С 1492 по 1559 годы шла ожесточенная борьба между Францией и Испанией за господство в империи, в результате чего Испания получила Сицилию, нижнюю Италию и Ломбардию.

Практически весь XVIII век в Италии господствовала Австрия. А с 1756 по 1870 годы в Италии проходили различные революционные движения и войны, в результате которых она высвободилась от господства различных народов.

В 1861 году образовалось Итальянское Королевство. Во главе его стоял король Пьемонт Виктор-Эммануил II.

Как известно, в XX веке Италия стала первым в мире фашистским государством во главе с Муссолини. В 1947 году Итальянское Королевство официально стало Республикой Италия.

Трижды во главе правительства находился Сильвио Берлускони, в общей сложности 9 лет, уступив по этому показателю лишь Бенито Муссолини.

# Экономика

Преимущественно индустриальный и высокоразвитый север и бедный аграрный юг. Валовой национальный продукт на душу населения – 28300 долларов в год. Ведущие отрасли промышленности: машиностроение, металлургия, химическая и нефтехимическая, легкая и пищевкусовая.

Италия входит в число крупнейших производителей и поставщиков на мировой рынок автомобилей, велосипедов и мопедов, тракторов, стиральных машин, холодильников, радиоэлектронной продукции, промышленного оборудования, стальных труб, пластмасс и химических волокон, автомобильных шин, а также готовой одежды и кожаной обуви, макарон, сыра, оливкового масла, вина, фруктовых и томатных консервов.

Крупное производство цемента, натуральных эссенций и эфирных масел из цветов и фруктов, художественных изделий из стекла и фаянса, ювелирных изделий. Добыча пиритов, руд, ртути, природного газа, калийной соли, доломитов, асбеста. Из-за небольшой территории и высокой плотности населения в современной Италии остро стоит вопрос переработки отходов.

В сельском хозяйстве преобладает растениеводство. Основные культуры – пшеница, кукуруза, рис (1-е место по сбору в Европе; свыше 1 млн т в год), сахарная свекла. Италия – один из крупнейших в мире и ведущий в Европе производитель цитрусовых (свыше 3,3 млн т в год), томатов (свыше 5,5 млн т), винограда (около 10 млн т в год; свыше 90 % перерабатывается в вино), оливок. Развито цветоводство, птицеводство.

Есть незначительные месторождения железа, угля и нефти. Разведанные запасы природного газа, в основном в долине реки По и в Адриатическом море, выросли в последние годы и представляют собой наиболее важные минеральные ресурсы страны. Большинство сырьевых материалов, необходимых для производства, и более 80 % энергии страна импортирует.

# Туризм

Это доходная сфера экономики Италии, основанная на использовании рекреационных ресурсов. Италия – пятая страна в мире по посещаемости и четвертая по прибыли с туризма. Приблизительный годовой доход от туризма составляет 10 млрд долларов США. Доля в ВВП –12 %.

Кроме сухой статистики, необходимо отметить, что страна, ставшая наследником Древнего Рима, вовлекает иностранных туристов в необычайное путешествие в античный мир. Италия – колыбель европейской цивилизации – сохранила, насколько смогла, свое прошлое и вкладывает миллионы евро в реконструкцию памятников архитектуры. Проект реставрации Пизанской башни обошелся итальянскому налогоплательщику в 25 млн евро. Алтарь мира в Риме был покрыт стеклянным саркофагом стоимостью в 20 млн евро.

Сколько стоят достопримечательности Италии – повод для дискуссий и тонких подсчетов. Однако в плане гипотезы итальянские экономисты сделали теоретический расчет стоимости некоторых «бриллиантов» в короне итальянского туризма. Колизей, оказывается, стоит 91 млрд евро (теоретически), Музеи Ватикана – 90 млрд, а холмы Кьянти в Тоскане – 4 млрд евро.

После падения Римской империи и последовавшего периода нашествий варваров предоставление крова для путников стало прерогативой монашеских орденов. Многие монастыри предлагали приют путешественникам и пилигримам, предлагая при этом услуги первой медицинской помощи, давая наставления и советы. Однако с течением времени гостеприимство начало оцениваться в денежном выражении. Так появились первые придорожные траттории (трактиры – постоянные дворы), предлагающие ночевки (иногда развлечения с девицами легкого поведения) за оплату. Если оценивать туризм в Италии с точки зрения документальных свидетельств, то, пожалуй, первым формальным и письменно засвидетельствованным актом платы за «туристические услуги» можно считать Книгу расходов германского епископа по имени Wolfger (Volchero di Erla, 1204 год), в которой пунктуально описаны расходы на проживание двух человек в размере 24 сольди в траттории плюс стоимость хлеба (9 сольди) и вина (8 сольди).

Самый первый в Италии путеводитель для пилигримов был выпущен в XII веке. Манускрипт назывался *Mirabilia Urbis Romae* («Чудеса города Рима») и включал описание достопримечательностей, христианских и языческих памятников вперемешку с историями и легендами. Средневековый туризм имел исключительно религиозную основу и являлся отголоском путешествий паломников в Палестину. Католическая церковь сделала все возможное для того, чтобы перенаправить массовые потоки пилигримов в святые места Италии. Одним из козырей, несомненно, стал город Ассизи – место рождения покровителя Италии Святого Франциска Ассизского.

Нерелигиозный (в смысле мотивов и массовости) туризм в Италии зародился в эпоху Возрождения, когда многие европейские аристократы стали отправляться или охотно отправляли своих отпрысков в центры Ренессанса – Флоренцию и Рим, чтобы обучиться искусству архитектуры, живописи и литературы. В период с 1700 по 1800 гг. среди аристократической молодежи Европы стали особо популярными поездки (voyage) в Южную Европу с целью углубления знаний по истории древнегреческой цивилизации, а также античного Рима. Так поступили Гете, Шатобриан, Стендаль, Шелли и сотни других известных европейских писателей. Рождается концепция Культурного туризма, а затем – Санитарного туризма (термы и лечение) и, наконец, Делового туризма (сделки в необычных и привилегированных местах). Все эти движения путешественников не могли быть массовыми не только в силу элитарности. Европа ждала изобретения паровоза и двигателя внутреннего сгорания, равно как и медленного, но неуклонного развития

транспортных артерий.

Пляжный вид туризма, связанный также с покупкой вилл и поместий, носил эксклюзивный характер. Италия по инерции рассчитывала больше на античные достопримечательности, на историю, культуру и искусство в целях привлечения иностранных туристов. Однако с середины 60-х годов XX в. наметился перелом. Первой ласточкой стало решение итальянского правительства об экономическом обновлении региона Сардиния. Туризм стал приоритетом, а 1962 год можно считать официальной датой рождения нового туристического чуда Италии – пляжной Сардинии.

Примерно в это же время начали появляться первые, все еще слабенькие, но настойчивые волны нового массового туризма. Владельцы гостиничных структур и новые инвесторы поняли, что количество решает все. В итоге к 2011 году Италия уже располагает впечатляющим арсеналом гостиничных структур: в 2011 году родина Пиноккио заработала в сфере туризма около 30 млрд евро. По данным ISTAT (2011), гостиничный фонд Италии включает более 145 358 принимающих структур. Среди них 69 202 частных домов и вилл по найму, 33 967 отелей, 20 437 гостиниц Bed and breakfast (B&B), 15 217 домов и усадеб агротуризма, 2 570 кемпингов и туристических деревень.

# Достопримечательности

## 1. Фонтан Треви в Риме



В лабиринте узких блуждающих улиц Рима скрывается сверкающий драгоценный камень, который, как считают, был торжественным примером барочного изящества и естественным мастерством воды – один из самых ошеломляющих фонтанов в мире и произведение искусства в едином целом.

Фонтан Треви не просто холодный кусок мрамора, а фонтан с историей. Одна из ценнейших достопримечательностей Рима и Италии.

## 2. Ватикан



Хотя Ватикан – полностью отдельное государство, доступ к его великолепным памятникам можно получить только через Рим. Ватикан – духовный центр католического мира и одна из наиболее массово посещаемых областей Рима.

### *3. Галерея Уффици во Флоренции*

Обладая репутацией одного из самых прекрасных музеев мира, Галерея Уффици хранит уникальные работы Джотто, Боттичелли, Мантеньи, Корреджио, Леонардо да Винчи, Рафаэля, Микеланджело, Караваджо, Дюрера, Рембрандта и Рубенса.

### *4. Гранд Канал в Венеции*

Сядьте в речной трамвай и отправьтесь вдоль Гранд Канала. Знаменитый венецианский канал длится более чем на 3,5 километра через все шесть районов исторического центра, открывая взору драгоценные камни архитектуры вдоль его берегов.

### *5. Пизанская Башня*

Еще один из символов страны, одна из самых узнаваемых достопримечательностей Италии. Это не оптический обман, и при этом архитекторы не предполагали, что башня так наклонится. Едва строительство достигло третьего яруса, как башня начала проседать в землю из-за плохого фундамента, и уклон стал очевидным. В настоящее время ведутся работы по укреплению Пизанской башни с целью сохранить ее для потомков.

### *6. Ассизи – город в горах*

Приблизительно 5 миллионов посетителей ежегодно превратили небольшой город в Умбрии в процветающий туристический уголок в Италии, что удивило бы даже самого Св. Франсиса, основателя

города. Что же так привлекает сюда туристов? Среди множества других чудес это Базилика ди Сан Франческо 13-го столетия со священными реликвиями Франсиса и великолепными фресками, документирующими его жизнь, а также многочисленные другие церкви, римские руины, священные святыни и узкие средневековые улицы, создающие почти мистическую обстановку под покровительством ЮНЕСКО.

#### *7. Трулли в Альберобелло*

Причудливые известняковые домики с серыми крышами в форме конуса, построенные без использования цемента и бережно ретушируемые каждый год, усеивают провинцию Бари и Таранто. Это место не так известно, как другие более именитые достопримечательности Италии, но, тем не менее, этот удивительный белый городок стоит посетить.

#### *8. Исторический центр Сиены*

Сиена может и не равняться с Флоренцией, ее постоянным конкурентом и соседом на севере, в плане культурного наследия, но ее изобилие и очарование делает город воистину уникальным. Особенно популярен Исторический центр Сиены, напоминающий о средневековье.

#### *9. Голубой Грот на острове Капри*

Символ Капри и невероятное место, даже если оценивать его в мировом масштабе. Голубой Грот не назвали бы так без серьезного на то основания.



Когда лучи солнца крадутся сквозь вход в грот, неоновое-синее отражение освещает пещеру, а все объекты внутри освещаются серебристым цветом. Одна из красивейших природных достопримечательностей Италии.

#### 10. *Винный маршрут Кьянти*

Тот факт, что Кьянти расположился между Флоренцией и Сиеной, делает его достаточно хорошим местом для посещения. Этот винный маршрут обязательно стоит включить в программу своего путешествия. Вы познаете эстетическое сочетание искусства, истории и кулинарных восхищений. Здесь делают великолепное вино, которое можно без проблем продегустировать. Одна из самых знаменитых областей виноделия в мире.

## Национальная кухня

Характерной особенностью итальянской кухни является ее разнообразие. Различаются не только блюда северной и южной частей страны, но и блюда отдельных провинций: в каждой из них преобладает определенный набор продуктов, предпочитают те или иные способы их приготовления, и, конечно же, есть свое коронное блюдо. Например, в венецианской кухне преобладают рыбные блюда: от деликатесного *anguilla* – угря до *zuppa di pesce* – рыбного супа. Большой популярностью пользуются приготовленные на гриле различные виды рыбы – *grigliata mista*, креветки на рашпере, а любому гурману придется по вкусу *risotto di pesce* – блюдо из риса с рыбой. А если вы желаете отведать особо экзотичное блюдо, то обратите внимание на *granseola* – мясо морского паука, приготовленное в панцире самого животного с добавлением масла и лимона. Успехом у ценителей итальянской кухни пользуются также головоногие моллюски с полентой (кашей из кукурузной муки), отваром из рисовой муки в сочетании с *sarde in saor* – сардинами в масле и уксусе.

На юге Италии обожают креветок, омаров, лангустов и различных моллюсков, в том числе каракатиц. Кстати, по тому, насколько умело и вкусно приготовлена каракатица, можно судить о мастерстве повара.

Милан соблазняет гурманов разнообразными блюдами из риса, мяса и внутренностей – печенки, почек, мозгов, требухи, ведь именно здесь, в долине Падана у подножия Альпийских гор, находится огромная рисовая плантация, снабжающая рисом всю Италию.

На севере страны пользуются популярностью блюда из куриного мяса, телятины, нежирной свинины. Причем в рубленом виде мясо используется только для приготовления соусов, для остальных же блюд обычно берутся цельные порционные куски мяса. Приготовление и потребление блюда во многих кафе превращаются чуть ли не в священнодействие: прежде чем вы сделаете заказ, одетый во фрак официант покажет, от какого куска отрежут мясо для приготовления заказанного вами блюда, или продемонстрирует рыбу, чтобы вы смогли убедиться в ее качестве.

Конечно же, есть и множество общих для всей Италии блюд: равиоли (пельмени квадратной формы), ризотто и пицца. Последнее блюдо стало невероятно популярным во всем мире, но, пожалуй, нигде вы не отведаете такой вкусной пиццы, как в Италии. Превратившись из блюда бедняков – лепешки с начинкой из того, что оказалось съедобного под рукой, пицца стала желанным для любого гурмана блюдом с экзотическими компонентами начинки или необычной формы, зависящей от фантазии кулинара.



Пицца Маргарита, пицца Маринара, пицца Пепперони, пицца Карчофи, пицца Наполитана, пицца Гого, пицца Мейсон, пицца Кальцоне, пицца-рулет с кресс-салатом, пицца с итальянскими колбасками – далеко не полный список разновидностей пиццы, которые вы можете попробовать на ее родине – Италии.

А вот мнения о происхождении еще одного итальянского блюда – пасты – неоднозначны. По одной из версий, рецепт блюда, названного впоследствии пастой, был привезен из Китая в конце 13-го века известным путешественником Марко Поло, открывшим путь на Восток. Но сами итальянцы уверены в том, что макаронные изделия были известны на Апеннинском полуострове задолго до путешествия Марко Поло.

Сегодня слово «паста» употребляется для обозначения самых разных изделий из теста. Это не только известные нам макароны: существуют десятки различных видов пасты: феттучине, капеллетти, фарфалетте, тортеллини... Есть пасты, окрашенные в красно-желто-зеленые цвета в честь итальянского флага, есть даже черные, окрашенные чернилами каракатицы.

А уж приготовление соусов к пасте – это целая наука. Их разновидностей существует намного больше, чем видов пасты, – 10 тысяч! Добавьте тот или иной соус – и паста превратится в совершенно другое по вкусу и внешнему виду блюдо.

Весьма любимы итальянцами и лазанья – запеканка из широких полос теста с томатным соусом, мясом, сыром и бешамелью, а также каннелони – трубочки из теста (наподобие наших блинчиков) с начинкой из сыра, ветчины, потрошков, со шпинатом и яйцами, сдобренные различными соусами.

Другими популярными в Италии блюдами являются фаршированный ветчиной лук – чиполе рипьене, луковые кальцоне, паштет из риса – тимбалло ди ризо, салат мясной с макаронами, салат из китайской капусты и итальянский суп.

Итальянская традиция потребления супа отличается от нашей: если у нас суп является первым обеденным блюдом, то итальянцы едят супы на ужин. Самый известный суп – минестроне. Его готовят из семи ингредиентов – семи сортов мяса, семи овощей и семи приправ, которые, согласно легенде,

символизируют семь основных добродетелей кардинала.

Настоящий же итальянский ужин состоит обычно из 5 блюд. Сначала подают «легкую» закуску – ломтики хлеба с мясным или овощным паштетом, кусочки ветчины, обжаренные в чесночном соусе. После этого следует основная закуска – antipasto: салаты, зелень, а также самые разные сырые, вареные, жареные и тушеные овощи. Затем наступает очередь первого блюда – пасты, тортеллини, спагетти, равиоли и т. п. Наконец, подают основное блюдо, за которым следует десерт. Все запивают крепким ароматным кофе с густой пенкой – эспрессо или капучино.

Еще одна кулинарная легенда Италии – ее сыры. Среди множества видов и сортов итальянского сыра самым известным является тертый сыр пармезан, который производят в провинции Эмилия-Романья. Чтобы обрести настоящий вкус, сыр должен созревать в подвалах не менее двух лет, в результате чего он становится сухим и легко крошится. Пармезаном посыпают почти все блюда – пасту, салаты, омлеты и карпаччо – тонкие ломтики маринованного мяса. Этот сорт сыра может храниться месяцами, не теряя своих вкусовых качеств. Сыр моцарелла, используемый для приготовления пиццы, производится из молока буйволицы. Также он незаменим для приготовления закусок и салатов. Горгонзолу добавляют в сливочный соус, а из нежной рикотты делают вкуснейшие десерты.

Безусловно, итальянская кухня – одна из самых популярных в мире, но сполна насладиться изысканным вкусом ее блюд невозможно без настоящего итальянского вина. Выбор итальянских вин поистине огромен, ведь каждая провинция стремится стать лидером в искусстве виноделия. Однако и здесь есть свои тонкости: считается, что произведенные в северных провинциях вина обладают более тонким и нежным вкусом, чем спелые, насыщенные горячим южным солнцем вина юга.

Самым известным из тосканских вин считается кьянти и лучшая его марка – Классико, а самой популярной маркой сицилийских вин является крепкое вино с бархатным вкусом – Марсала; одним из лучших неаполитанских вин являются «Слезы Христа» (Лакрима Кристи) и Капри. Чтобы оценить их вкус и букет, стоит отведать и красные, и белые их сорта. Не менее известны Каберне, произведенное из винограда, растущего в провинции Венето, а также Фраскати – из винограда области Лацио.

К лучшим столовым винам можно причислить Soave (белое) и Токайское, а игристые вина Cartize и Prosecco как нельзя лучше подойдут для того, чтобы расслабиться и насладиться неспешным ритмом жизни. Не менее известен итальянский ликер Амаретто. Настоящий Амаретто производят на родине Ромео и Джульетты – Вероне. Как говорят итальянские виноделы, легкая миндальная горчинка, присутствующая в его букете, напоминает об их прекрасной и трагичной любви.

# 10 интересных фактов об Италии

1. За 333 тысячи долларов в 2007 году на аукционе был продан огромный трюфель (весом в полтора килограмма), найденный собакой Рокко в Тоскане.

2. Одним из самых старых учебных заведений во всем мире считается Римский университет («Знание» – более распространенное название). Его основание произошло в 1303 году католической церковью. В наши дни в данном вузе обучается около 150 тысяч студентов. Это рекордная цифра даже для Европы.

3. На территории республики Италия расположено два независимых карликовых государства: Ватикан и Сан-Марино.

4. Сан-Марино – самая старая республика, которая была основана в далеком 301 году. Количество ее жителей – 30 тысяч. В Сан-Марино до сих пор действует самая старая конституция.

5. Ватикан – это единственное государство во всем мире, ворота которого на ночь закрываются. Там есть свое собственное радио, деньги, телевидение, почтовые марки и даже армия (Швейцарские гвардейцы).

6. Самая высокая европейская гора (4807 метров) находится в данной стране. Ее итальянское название – Белая гора. Также известна она как Монблан.

7. Ежегодно Италию посещают около 50 миллионов туристов со всего мира. Поэтому именно туризм – одна из приоритетных отраслей экономики республики. Он приносит более 60 % национального дохода.

8. Одним из самых интересных фактов об Италии является очень длительный бракоразводный процесс. Он может спокойно длиться до трех лет, а если жена не имеет достаточно средств для существования, суд обяжет ее бывшего мужа брать на себя все расходы.

9. На Рождество в Италии принято дарить друг другу красные трусы. Чтобы было счастье, в них надо спать в рождественскую ночь.

10. Все нотные обозначения всегда пишутся на итальянском языке. Allegro, Adagio... Эти итальянские слова для индикации темпа используются и по сей день вот уже на протяжении нескольких сотен лет. Напомним вам, что предложил такую систему обозначения Гвидо д'Ареццо (Guido d'Arezzo), один из самых известных теоретиков музыки.