

Имбирь

Научное название *Zingiber officinale* – вечнозеленый многолетний. Разновидностей имбиря существует довольно много, и не каждая из них культивируется. Различается имбирь между собой цветом, размерами, запахом, остротой вкуса. Известно около 150 видов этого растения.



Высота стебля может достигать полутора метров. Листья растут от корня, длиной до 20 см, узкие, заостренные, двухслойные и чешуйчатые. Корневище мясистое, широкое, расположено в верхнем почвенном слое. Внутри желтое, волокнистое и очень ароматное. Растение цветет в естественной среде фиолетовым, желтым или красным цветом, это зависит от его разновидности. Не плодоносит. Размножается корневой системой.

Созревание клубня наблюдают по листьям – если они начали темнеть и осыпаться, корневища можно выкапывать. Зрелый корень от 2 до 4 см в диаметре, желтый, сочный, обладающий терпким запахом и обжигающим вкусом.

Родиной имбиря считается юго-восточная Азия. Именно субтропический и тропический климат является наиболее комфортным для этого растения.

Первые культивации имбиря начались в древних Китае и Индии.

В современные дни именно Индия является главным производителем и поставщиком на мировые продовольственные рынки этой пряности. Также имбирь выращивают в Китае, Японии, Западной Африке, Вьетнаме.

В средние века имбирь был завезен в Европу известным итальянским путешественником Марко Поло.

В начале XVI века в числе первых растений был завезен в Америку и там быстро приобрел популярность.

Использование имбиря в кулинарии

Имбирь – одна из самых полезных специй. Как пряность его применяют для приготовления множества блюд, чаев и даже употребляют в чистом виде, «вприкуску», в том числе с лимоном и солью.

Самые главные знатоки кулинарного использования имбиря – китайцы.

Главная заповедь китайских кулинаров: пища должна быть не только вкусной, но и полезной. Китайские блюда считаются афродизиаками, улучшающими настроение.

В наше время имбирь как приправа используется во всех кухнях мира. Он является полноправным и изысканным компонентом огромного списка блюд. Его добавляют в сладкие и пикантные блюда, особенно в супы, запеченную свинину, дичь, баранину, различные овощные блюда, рис, яичницу, десерты, компоты, пряники, пирожные и печенье; его применяют при консервировании огурцов и тыквы. Также имбирь, как мы уже говорили, это один из компонентов карри, благодаря которому приправа приобретает свой неповторимый вкус.

В Англии делают не только традиционное имбирное пиво, но и имбирный бренди, имбирное вино, имбирное шампанское. А кто не слышал о столь популярных в этой стране имбирных пряниках и печенье!

В странах Юго-Восточной Азии свежий имбирь засахаривают и делают из него варенье – чоу-чоу, в которое добавляют апельсиновую корку. Пряность кладут в блюда из баранины, говядины, телятины, свинины, курицы, индейки, гуся. Имбирь делает их не только ароматными, но и более мягкими. Китайские кулинары пользуются имбирем при приготовлении пельменей и тушеных клецок с начинкой.

В Китае и Гонконге можно встретить в продаже консервированный имбирь: это незрелые корни с очень нежным вкусом, которые заливают сахарным сиропом.

В Индии молотый имбирь добавляют в муку и выпускают четыре сорта имбирной муки с различным процентным содержанием имбиря.

Японцы подают маринованный имбирь, который является одним из компонентов суши. С помощью специи японцы добиваются аппетитного запаха горячих рыбных блюд.

Пищевая ценность в 100 граммах:

Белки 1,8 гр

Жиры 0,8 гр

Углеводы 15,8 гр

Калорийность: 80 кКал

Имбирь богат витаминами В1 (0,046 мг), В2 (0,19 мг), В3 (5,2 мг), А (0,015), С (12 мг) и минеральными веществами: магний – 184 мг, фосфор – 148 мг, кальций – 116 мг, натрий – 32 мг, железо – 11,52 мг, цинк – 4,73 мг, калий – 1,34 мг.

Основными компонентами в составе имбиря являются цингиберен (около 70 %), крахмал (4 %), камфен, линалоол, гингерин, фелландрен, бисаболен, борнеол, цитраль, цинеол, сахар и жир. Жгучий вкус пряности придает фенолоподобное вещество гингерол (1,5 %), а приятный аромат – эфирные масла (1–3 %).

Рецепт

Ингредиенты /1 порция/Чай с имбирем

Вода 200 грамм

Имбирь 1 столовая ложка

Мед 1 чайная ложка

Лимон 20 грамм

1. Имбирь почистить, натереть на терке.
2. В чайник положить имбирь, лимон и заварить кипятком.
3. В чашку положить одну чайную ложку меда и добавить имбирный чай.



Использование имбиря в медицине

Имбирь обладает обезболивающим, антибактериальным, тонизирующим, возбуждающим, бактерицидным, противовоспалительным, рассасывающим, спазмолитическим, ветрогонным, потогонным, заживляющим, желчегонным, согревающим действием. Обладая сильным антиоксидантным и успокаивающим действием, имбирь укрепляет иммунитет, эффективно защищает от паразитов, сдерживает размножение бактерий, поэтому успешно используется при глистных заболеваниях. Пища с имбирем лучше усваивается, так как он усиливает аппетит, стимулирует образование желудочного сока и пищеварение, эффективен при несварении, отрыжке.

Имбирь в пищу нужно добавлять в небольших количествах (по вкусу), но систематически, если вы занимаетесь лечением. Имбирем можно лечить или облегчать различного рода боли в животе, кишечные, почечные, желчные колики. Его употребляют при метеоризме, для прекращения поноса и для нейтрализации вредного воздействия животных ядов, его также используют при отравлении грибами. Имбирь эффективен при простудных заболеваниях: простуде, гриппе, кашле, застойных явлениях в легких, синусите, также хорошо помогает при боли в горле, обладает отхаркивающим действием, а заваренные измельченные корни имбиря хорошо согревают тело. Имбирь – хорошее средство от множества аллергических и кожных заболеваний, а также от бронхиальной астмы, он увеличивает усвоение кислорода легочной тканью. С помощью имбиря можно снизить уровень холестерина в крови, улучшить состояние кровеносных сосудов. Лечит пряность сердечно-сосудистую систему.

Уменьшая боли в суставах, имбирь применяется при ревматизме, артрозах и артритах, отеках, растяжениях и мышечных болях. Он позволяет снять судороги во время менструации. Специя является прекрасным средством для снятия умственной или физической усталости, помогает преодолеть стрессовые ситуации и восстановить силы. Имбирь используют также при параличе и желтухе. Стимулирует он работу щитовидной железы. Имбирь улучшает мозговое кровообращение, а это укрепляет сосуды, улучшает память и повышает обучаемость, снижает артериальное давление, помогает в лечении атеросклероза. Имбирь очень эффективен в борьбе со старением организма, кроме того, он способствует повышению потенции, помогает при лечении бесплодия, повышает тонус матки и половое возбуждение, поэтому может применяться как легкое возбуждающее средство.

Имбирем можно выводить шлаки и токсины, которые накапливаются в организме практически каждого человека и затем приводят к целому спектру заболеваний и необходимости дорогостоящего лечения.

Можно использовать эту специю для похудения, так как она заметно усиливает обмен веществ. Имбирь полезно применять для профилактики рака и формирования злокачественных опухолей. Если после еды пожевать свежий имбирный корень, он на долгое время сделает ваше дыхание свежим и избавит от множества проблем в полости рта.

Использование имбиря в эзотерике

Имбирь особенно полезен в холодную погоду и в холодном климате. Зимой перед выходом на улицу можно насыпать его в носки и перчатки, тогда ноги и руки будут теплыми в течение продолжительного времени. Мнительным и нерешительным людям советуют за полчаса до выступления пожевать ломтик имбиря – он придаст уверенности.

Если чувствуете тяжесть в желудке и вялость во всем теле, часто устаете и раздражаетесь, глаза потеряли блеск, кожа имеет блеклый цвет, изо рта плохой запах и отсутствует аппетит, можно с полным основанием считать, что в организме много продуктов неправильного пищеварения, то есть токсинов (шлаков). Такая «зашлакованность» чревата множеством заболеваний. Чтобы избежать их, необходимо очистить организм, для чего идеально подходит имбирь. Однако из сказанного не следует, что чем больше имбиря мы начнем класть в еду, тем здоровее будем. Всему нужно знать меру.

Имбирь является простым и эффективным средством при ушибах, растяжениях, болях в спине (радикулите). В этих целях он используется в виде пасты (имбирный порошок + несколько капель горячей воды), в виде компрессов и лечебных ванн. Также отвар имбиря используется для принятия ванн при болях в позвоночнике и в суставах, при невралгиях, нервном возбуждении и некоторых кожных заболеваниях.

Использование имбиря в парфюмерии

Благодаря своим уникальным свойствам имбирь используется в косметологии. При взаимодействии с кожей лица он улучшает кровообращение, стимулирует, тонизирует, сокращает поры, омолаживает и устраняет многие дефекты кожи. Содержащийся в нем гингерол дает клеткам жизненную силу, освежает и восстанавливает цвет лица. Применяется для проблемной кожи: при угревой сыпи, гнойниках, предменструальных прыщах.

Имбирь восстанавливает процессы воспаления и ускоряет заживление рубцов.

Имбирное масло делает волосы упругими и здоровыми, лечит перхоть и облысение.

Регулярное применение содержащих имбирь средств по уходу за волосами делает их здоровыми.

Имбирь входит в состав антицеллюлитных средств и обертываний, так как хорошо разгоняет кровь, расщепляет жиры, помогает выводить лишнюю жидкость из клеток, а также предотвращает появление растяжек.

Имбирное масло имеет свежий аромат, благодаря которому его используют при изготовлении духов.

Ароматерапия применяет имбирное масло в составе различных ароматических смесей для лечения различных психоэмоциональных расстройств.

Рецепт

Маска имбирная для жирных волос

Имбирь (порошок) 1 столовая ложка

Масло кунжутное 2 столовых ложки

1. Залить имбирный порошок кунжутным маслом, перемешать до получения однородной массы.
2. Втереть маску в кожу головы и оставить на 30 минут. Затем тщательно промыть волосы теплой водой.

Противопоказания

В имбирном корне содержатся горечи и эфирные масла, поэтому он не может применяться при некоторых нарушениях в работе пищеварительной системы. К таковым относятся язва пищевода и желудка, дуоденальная язва, неспецифический язвенный колит. Нельзя использовать эту пряность при пищеводном рефлюксе, дивертикулезе и дивертикулите. Дивертикулез – наличие в желудочно-кишечном тракте, чаще всего в толстой кишке, дивертикулов (мешковидных выпячиваний в любой части желудочно-кишечного тракта). Дивертикулит – воспаление одного или нескольких дивертикулов.

Употребление имбирного корня противопоказано при наличии камней и песка в почках и мочевом пузыре, а также воспалительных процессах, которые сопровождаются повышением температуры.

При гипертонии и нарушениях деятельности сердца применять препараты и блюда из имбиря можно лишь после консультации с лечащим врачом.

Так как эта пряность способствует сокращению матки, при беременности для устранения токсикоза рекомендуются лишь мягко действующие продукты с имбирем, например, печенье или чай, который пьют небольшими порциями в течение всего дня.

При передозировке имбиря могут возникнуть следующие побочные эффекты: рвота, понос, аллергические реакции. В таком случае прием нужно немедленно прекратить.

Какими бы целебными свойствами ни обладали растения, у каждого существуют свои противопоказания, побочные действия или вообще несовместимость с другими препаратами. Более того, применение одного и того же фитолечения для разных людей может возыметь совершенно противоположный эффект: кому-то поможет, а для кого-то будет опасным для здоровья. Имбирь в целом является низкоаллергенным растением и не вызывает серьезных побочных эффектов, так как в нем содержатся пурины и оксалаты. Как правило, питание и лечение с включением имбиря обладает мягким действием.

Имбирное масло

Имбирное масло – это древнее лекарство и великолепная приправа, незабываемый аромат и мощный антидепрессант, упоительный афродизиак и великолепный антисептик.

Виды имбирного масла:

- эфирное масло имбиря производится в промышленных условиях; «масло имбиря» – масло с имбирным запахом и вкусом, получаемое в результате смешения экстракта имбиря с каким-либо растительным маслом.

- Эти два вида масла имеют различные химический состав и медицинские показания, поэтому внимательно смотрите состав: о каком именно масле идет речь.

- Имбирь – растение маслянистое. В отличие, например, от citrusовых, где масла только 0,5–1,5 %, корневища имбиря содержат около 1–3 % эфирного масла. Впервые эфирное масло имбиря было получено в Копенгагене в XVII веке методом перегонки с водяным паром. Сегодня оно производится в Индии, Китае, Англии, США и экспортируется более чем в 130 стран мира. Объем мирового производства имбирного масла составляет 20 тонн в год. Основными странами-производителями эфирного имбирного масла являются Великобритания, Китай и Индия. В процессе производства получается бледно-желтая, янтарная или зеленоватая жидкость с теплым, свежим, древеснопряным ароматом. Существует несколько разновидностей имбиря, масло которых меняется по составу в зависимости от места произрастания. Например, африканское масло более темного цвета, чем остальные.

- Внешне эфирное масло из корней имбиря (*Zingiber officinale*) – это желтая жидкость, густеющая при контакте с воздухом. Оно обладает пряно-ароматическим запахом, менее резким, чем запах корней имбиря. Получают его из корневищ способом прямого (холодного) отжима или методом дистилляции с паром из высушенных и измельченных корней. Для парфюмерных целей также получают абсолют и живицу. Ароматическое масло получают методом дистилляции с паром из высушенных и измельченных корней.

- Для приготовления 1 г эфирного имбирного масла необходимо 50 г сухих корней имбиря. Состав масла сложен, оно содержит более 150 соединений, в том числе: гингерол (отвечающий за жгучие свойства) – 1,5 %; гингерин; различные аминокислоты – линалол, камфен, фелландрен, цитраль, цинеол, борнеол, геранилацетат;

- крахмал – 45 %, сахар, жир.

- Масло хорошо смешивается с маслами лаванды, пачули, гвоздики, розы, сандалового дерева, жасмина, можжевельника, нероли, бергамота, citrusовых и ладаном.

А теперь отправимся в путешествие на родину имбиря – Китай...

Китай



Китай – государство в восточной Азии. По территории занимает третье место в мире после Канады и России.

Китай расположен в Восточной Азии. С востока омывается водами западных морей Тихого океана. На северо-востоке Китай граничит с КНДР и Россией, на севере – с Монголией, на северо-западе – с Россией и Казахстаном, на западе – с Киргизией, Таджикистаном, Афганистаном, на юго-западе – с Пакистаном, Индией, Непалом и Бутаном, на юге – с Мьянмой, Лаосом, Вьетнамом.

Столица – Пекин. Численность населения – 1,36 млрд. чел.

Государственное устройство

Глава государства – Председатель КНР, избираемый на 6 лет всеобщим прямым голосованием. Высший орган государственной власти – однопалатное Всероссийское собрание народных, состоящее из 2979 депутатов, избираемых региональными собраниями народных представителей сроком на 5 лет.

История

Китай обладает очень длинной историей, которую обычно делят на правления династий, начиная с первой династии – Ся. Первую крупную эру в истории страны называют «Имперский Китай», которая началась с Империи Цинь в 221 г. до н. э., императором которой был Цинь Шихуанди. Династия Цинь просуществовала всего пятнадцать лет, до смерти императора. Но во время своего короткого правления, император Цинь провел в Китае много долговременных изменений, включая стандартизацию языка, мер измерений и денежную систему.

За династией Цинь последовала династия Хань, которая просуществовала с 206 г. до н. э. до 220 г. н. э. Правление этой династии ознаменовалось расширением территории страны и проведением военных кампаний по захвату Кореи, Вьетнама, Монголии, и Центральной Азии. В этот период был создан Великий шелковый путь. С падением династии Хань Китай был поделен на три государства и началась Эпоха Троецарствия.

В 580 г. н. э. Китай был объединен под управлением недолговечной династии Суй, после которой последовали династии Тан и Сун. Во время правления этих династий китайская культура процветала. В этот период, в десятом и одиннадцатом веках, благодаря достижениям в области культивирования риса, в Китае появились излишки продовольствия, и население страны быстро удвоилось.

Китайская культура развивалась, особенно философия и искусство, и было создано неоконфуцианство. Позднее стала править династия Юань, под руководством Хубилая.

Империя Мин, созданная в 1368 году, и просуществовавшая до 1644 года, ознаменовала еще один золотой век Китая, во время которого была сильная экономика и было сделано много разработок. Последняя имперская династия Китая, династия Цин, просуществовала до 1912 года, в этот период экспансия Китая достигла Центральной Азии, а также в это время началось строительство обороны против европейского империализма.

В 1800-х годах Китай участвовал в двух опиумных войнах, сражаясь против Британии, а затем против Франции во второй войне. Первая опиумная война прошла с 1839 года по 1842 год, вторая – с 1856 года по 1860 год.

Одной из причин войны было восстание тайпинов, которое оказалось одной из самых кровопролитных гражданских войн в истории – потери составили около 20 миллионов жизней. Эта гражданская война началась в 1851 году и закончилась в 1862 году, победителем стали войска династии Цин. После войны последовало несколько других восстаний. Китайская эмиграция началась в девятнадцатом веке, на почве голода 1876 и 1879 годов, приведшего к множеству смертей. Все эти факторы усугубили снижение численности населения.

1 января 1912 года была основана Китайская Республика и Имперский Китай перестал существовать. Генерал Юань Шикай стал президентом. После его смерти Китай разделился на региональные государства и был вновь объединен в 1920-х годах Чаном Кайши в так называемом Северном походе. Политические разногласия продолжались и коммунисты сражались за контроль над ослабевшей Китайской Республикой, что привело к Гражданской войне – третьей крупнейшей войне в истории, после двух мировых войн. Гражданская война в Китае началась в апреле 1927 года. Она велась между националистами Гоминьдан, партией власти Китайской Республики, и коммунистической партией Китая. Война разделила Китай на два государства: Китайскую Республику Тайвань, и Китайскую Народную Республику, занявшую основную часть территории страны. Освободительная война, которая была вторым этапом гражданской войны, прошла с 1947 год по 1949 год, и ознаменовала конец гражданской войны.

Китайская Народная Республика была провозглашена 1 октября 1949 года Мао Цзэдуном. Китайская Народная Республика утверждает, что контроль над Тайванем принадлежит им, но Китайская Республика Тайвань заявляет свои права на Китайскую Народную Республику. Однако Китайская Народная Республика заняла место Китайской Республики Тайвань в ООН в 1971 году.

Среди самых известных событий в истории Китая за последнее время можно выделить резню на площади Тяньаньмэнь в 1989 году, которая также известна как «события 4 июня». Демонстрации начались в Пекине 15 апреля 1989 года с большой группы людей (в основном студентов), которые хотели экономических и политических реформ, включая свободу прессы. Было объявлено военное положение, и Народно-освободительная армия Китая разогнала протестующих с применением насилия, количество убитых по разным подсчетам составило от нескольких сотен до нескольких тысяч граждан.

Экономика

Бурное экономическое развитие в Китае началось после 1978 года. Ставка была сделана на создание специальных экономических зон с благоприятным налоговым и административным климатом, привлечение иностранных инвестиций и ориентирование производства на экспорт. В Государственной собственности находятся предприятия стратегических отраслей, например, аэрокосмической и оборонной. Сильно влияние государства и в других отраслях, например, в закупке сельскохозяйственной продукции.

В 2014 году уровень ВВП страны составил 10,4 триллионов долларов, рост ВВП – 8,3 %, экспорт – 2,21 триллиона долларов США, импорт – 921,5 миллиардов долларов. Наибольший рост показали производители электроники – на 14,3 % и оборудования для транспорта (ж/д, воздушного и морского) – 15,2 %.

Китай в начале XXI века является космической и ядерной державой. Построение рыночной экономики осуществляется в Китае под руководством Коммунистической партии на основе пятилетних планов. Экономика сохраняет свою многоукладность. При высокой доле иностранных инвестиций почти 80 % всех иностранных инвесторов в экономику КНР – это этнические китайцы (хуацяо), проживающие за рубежом.

Характерная черта современной китайской экономики – зависимость ее от внешнего рынка. По объему экспорта КНР занимает 1-е место в мире. Экспорт дает 80 % валютных доходов государства. В экспортных отраслях занято около 20 млн человек. На внешний рынок вывозится 20 % валовой продукции промышленности и сельского хозяйства.

КНР поддерживает торгово-экономические отношения со 182 странами и районами мира, с 80 из них подписаны межправительственные торговые соглашения и протоколы. Основными торговыми партнерами Китая являются развитые капиталистические страны, прежде всего Япония, США, западноевропейские государства, на которые приходится 55 % внешнеторгового оборота.

Туризм



Китай – страна с обширной территорией, разнообразными природными условиями, древней историей, и блестящей цивилизацией – способна заинтересовать самого искушенного путешественника. В стране для иностранных туристов открыты 99 городов культурно-исторического значения и 750 культурных памятников, находящихся под охраной государства, а также 119 пейзажных мест. Среди них 19 занесены в Каталог мирового природного и культурного наследия.

Пекин: столица Китая. Важнейший экономический, культурный и образовательный центр, крупнейший транспортный узел. Достопримечательности: храм Неба, парки Ихэюань и Бэйхай, Белая пагода, 13 усыпальниц, Великая Китайская стена, дворец-музей Гугун, мавзолей Мао Цзэдуна.

Шанхай: город на Востоке Китая. Важный промышленный, финансовый, культурный центр, крупнейший морской порт. Это начальный пункт популярного круизного маршрута по р. Янцзы к Трем ущельям. Символы города – мост Наньпу и телебашня «Восточная Жемчужина».

Шэньчжэнь: город на юго-востоке Китая. Крупный туристический центр с современной инфраструктурой. Основные виды туризма – деловой, развлекательный. Достопримечательности: парки «Великолепный Китай» и «Окно в мир». В них созданы миниатюры архитектурных достопримечательностей Китая и мира.

Гуанчжоу: административный центр провинции Гуандун. Самый высокоразвитый район на юго-востоке страны. Лидирует во внутреннем туризме Китая. Один из лидеров международного туризма (2-ой после Пекина). Старейший порт.

Сиань: древний исторический город в Китае. Номенклатура экспорта насчитывает 50 тысяч наименований.

Место рождения и погребения 1-ого императора. Начало Великого шелкового пути. Главная достопримечательность – Терракотовая армия.

Фуцзянь: провинция богата туристическими ресурсами. Здесь много известных памятников древней

культуры. Множество монастырей и храмов, древних пагод и мостов, древних городков. Провинция славится древней историей мореплавания. Большой интерес для туристов представляют морские острова с их песчаными отмелями. Есть множество изумительных по красоте скалистых пещер. Также провинция богато представлена термальными источниками.

Остров Хайнань привлекает путешественников европейским сервисом, чистым морем, тропической растительностью и красивыми белыми пляжами. Особенной популярностью пользуются курорты Китая в городе Санья.

Достопримечательностью острова Хайнань является буддистский храм Наньшань, вблизи него можно увидеть большую золотую фигуру статуи богини Гуаньинь.

Национальная кухня Китая

Китай – огромная страна, поэтому в каждом регионе существует своя национальная кухня, обусловленная климатическими особенностями, географическим положением, историей и традициями соответствующего региона. В Китае различают более десяти региональных кухонь, но самые известные и популярные – пекинская, шанхайская, кантонская и сычуаньская. Рассмотрим поближе каждую из этих кухонь.

Пекинская кухня или северная. Основу пекинской кухни составляет рис, который подается как самостоятельное блюдо и как добавка к рыбе, овощам и мясу. Также, большое внимание здесь уделяется блюдам из свинины, птицы и баранины. Самым известным блюдом является «утка по-пекински», на приготовление которой уходит более 24 часов.

Шанхайская кухня или восточная, основана на кулинарных традициях провинций Цзянсу и Чжэцзян. Здесь к мясу любят добавлять много специй и рисовую водку. Также, часто используют рыбу и морепродукты.

Кантонская кухня или южная кухня, славится необычными способами приготовления блюд. Изысканность, этой кухни, широко известна за пределами страны. Самыми интересными ингредиентами, кантонских блюд являются мясо собак, змей, черепах. Также популярностью пользуются «димсамы» – легкие закуски.

Сычуаньская кухня известна острыми и пряными блюдами, для приготовления которых используют много приправ, красный перец, чеснок, кунжут, кориандр, анис, укроп, женьшень... Основными способами приготовления, в этой кухне, считается копчение и паровая обработка.

В Китае очень популярны многочисленные виды пельменей.

Соя – основной заменитель мяса на китайском столе, используется для приготовления масла, соевого молока, соленой пасты из сои, творога "тофу" и многочисленных соусов. Не менее популярны и изделия из муки и теста – десятки разновидностей лапши и вермишели, лепешки и хлебцы, пельмени и равиоли, пампушки "маньтоу" и пирожки "баоцзы", "вонтоны" и многочисленные изделия в кларе.



Самый распространенный напиток в Китае – зеленый чай, который пьют очень горячим и почти без сахара. Насчитывается огромное количество сортов зеленого чая, выращиваемых в разных провинциях, каждый из которых обладает особым цветовым набором и ароматом. Китайская чайная церемония «гунфу-ча» – это особая философия уважения к напитку и традициям.

Водка является в Китае традиционным напитком, но обычно она настаивается на различных ингредиентах, непривычна на вкус и имеет специфический запах, хотя и достаточно крепка. Очень широко распространено светлое и крепкое рисовое пиво – достаточно дешевое и качественное. Лучшими сортами считаются "Циндао" и "У син".

Имбирь – является одним из популярных специй, которая в различных видах используются в приготовлении блюд.

В пищу используют сухие корневища этого тропического растения. В Китае имбирь продают в свежем, молотом, сухом целом виде, консервированным в сиропе и даже засахаренным (после снятия кожицы зрелое корневище вымачивается в холодной воде, а затем обрабатывается в сахарном сиропе). Благодаря характерному пряному аромату и жгучему пряному вкусу он используется для большинства блюд китайской кухни.

Смесью соли с имбирем натирают мясо перед жареньем, сдабривают сыры. Очень хороши с имбирем жареные утка, свинина, рыба. Характерно использование имбиря в соусах к мясу, в овощных и фруктовых маринадах, при тушении мяса и домашней птицы. При этом имбирь не только ароматизирует мясо, но и делает его более мягким. Имбирь вводят в тесто или в процессе замеса, или в конце его, при тушении мяса – за 20 мин. до готовности, в компоты, кисели, муссы, пудинги и другие сладкие блюда – за 2–5 мин. до готовности, а в соусы – после окончания тепловой обработки.

Нормы закладки имбиря: до 1 г на 1 кг теста или мяса; в овощные маринады и соусы – 1 г на 1 л соуса, в порционные блюда – 0,1 г на порцию. При использовании имбиря в сочетании с другими пряностями норма закладки пряностей не должна превышать 0,1 г на все блюдо.

Это интересно...

Китай является родиной фарфора. Здесь его изобрели, по некоторым данным, еще в III веке, и с тех пор изделия из фарфора стали вершиной традиционного прикладного искусства в этой стране. Китайцы тщательно оберегали секреты производства фарфора и украшали его изысканными рисунками. Именно поэтому этот вид керамики считается самым дорогим в мире. Интересные факты о китайском фарфоре расскажут больше об истории его появления и распространения.



В VI веке китайцы обнаружили в одной из провинций большие запасы каолина, при смешивании которого с кварцем и полевым шпатом получили легкий в обработке материал. Китайские гончары стали изготавливать из этого материала красивую посуду, отличающуюся особой белизной и тонкостью. Огромный интерес Европы к китайскому фарфору возник в XV веке. По сравнению с европейским фаянсом, китайский фарфор выглядел изысканно и роскошно, поэтому фарфоровая посуда была подарком, достойным королей.

Во время правления китайской династии Хань произошел расцвет культурной жизни, в том числе развивалось искусство создания изделий из фарфора. Настоящие произведения искусства из фарфора создавались в разных регионах страны, где мастера каждого города имели свой неповторимый стиль. Китайский фарфор уже в давние времена сравнивали с золотом, а сейчас он считается самым дорогим и антикварным. Так, самым дорогим изделием из фарфора стала китайская фарфоровая ваза середины XIV века, которая в 2006 году была продана на аукционе за 4 720 000 долларов. Эта ваза относится к классическому стилю Юань, в котором преобладала подглазурная кобальтово-синяя роспись по белому фарфору.

Особенно славился известный синий фарфор времен династии Цин. Его синеву сравнивали с нефритом, а чистоту – с зеркалом. Считается, что фарфор впервые появился в провинции Цзиндэчжэнь, поэтому изделия из этого региона отличались наивысшим качеством. Про фарфор из этой провинции ходили народные легенды, будто он ослепителен, как снег, тонкий, как лист бумаги, и прочный, как металл. В эпоху династии Мин стали использоваться новые виды цветной глазури и эмалевые краски, особенно выделялись изделия, покрытые красной, или «пламенеющей» глазурью.

Китайский фарфор славится прежде всего своей художественной росписью. Китайские мастера достигли необыкновенного развития в этом искусстве, так как краска остается как новая на протяжении многих столетий, не выцветает и не разрушается. Рисунки по фарфору отображают флору и фауну Китая, особенно популярными были мотивы роз, пионов, хризантем, орхидей, лотосов, цветущей вишни и бамбука. На фарфоровых изделиях изображались и мифические, и реальные животные, а также целые пейзажи.

Жизненные уроки от Конфуция

Конфуций был китайским мыслителем и философом. Его философия была сосредоточена на вопросах морали, как с личной, так и с правительственной точки зрения. Конфуций учил правильным общественным отношениям, справедливости и равенству. Его учения стали очень известными в Китае.

1. *Просто поддерживайте движение.*

«Совершенно не важно, как медленно вы идете, до тех пор, пока вы не остановитесь».

Если вы будете продолжать движение в правильном направлении, то в конечном счете придете к месту назначения. Тяжелая работа должна быть последовательной, каждый может добиться успеха, не прекращая движение. Человек, который добился успеха, – это человек, который остается приверженным своей цели, несмотря на обстоятельства.

2. *Ваши друзья имеют значение.*

«Никогда не ведите дружбы с человеком, который не становится лучше самого себя».

Ваши друзья влияют на ваше будущее, то, где находятся они, туда вы и направляетесь. Было бы благоприятным для вашей судьбы найти друзей, которые идут туда, куда хотите идти вы.

3. *Хорошие вещи дорого стоят.*

«Легко ненавидеть и трудно любить. Так устроен наш мир. Всего хорошего трудно добиться, а плохих вещей – очень легко».

Это многое объясняет. Довольно легко ненавидеть, просто быть негативным, просто придумывать отговорки. Любовь, прощение и величие требуют большого сердца, большого ума и больших усилий. Никто из нас не стремится к чему-то плохому, по крайней мере, для себя. Каждый желает для себя лучшей участи, но как прийти к этому, если вы не прилагаете усилий к тому, чтобы быть позитивным. Помните: ваш окружающий мир является отражением вашего внутреннего мира.

4. *Сначала заточите ваши инструменты.*

«Ожидания в жизни зависят от усердия. Механику, который совершенствует свою работу, необходимо заточить свои инструменты».

Конфуций сказал: «Успех зависит от предварительной подготовки, без подготовки вас обязательно ждет провал». Что бы вы ни делали, если вы хотите добиться успеха, вам необходимо быть к нему готовым. Это касается не только вашей внутренней работы, но и работы внешней. Это и планирование, и получение необходимых навыков, и связи с влиятельными людьми.

5. *Быть обиженным – ничто.*

«Быть обиженным – ничто, если вы не продолжаете вспоминать об этом».

Не переживайте по мелочам. Быть обиженным на самом деле ничто. Не позволяйте проступкам других людей испортить вам день. Не позволяйте их негативу проникнуть в ваши мысли. Быть обиженным – ничто, по крайней мере, если вы легко можете оставить это в прошлом. Гните свою линию, позвольте другим людям быть самими собой и продолжайте движение.

6. *Поразмыслите о возможных последствиях.*

«Когда поднимается гнев, подумайте о последствиях».

Соломон сказал: «Тот, кто умеет сдерживать свой гнев, величественней могущественного». Всегда

держите свое настроение в узде и думайте о последствиях. Гнев не приведет ни к чему хорошему, будучи разгневанным, вы перестаете мыслить рационально, а значит, можете наделать глупостей. Умейте сдерживать свои эмоции, особенно негативные.

7. Внесите изменения.

«Когда становится очевидным, что цель не может быть достигнута, не изменяйте своей цели, изменяйте свои практические шаги».

Если вы начинаете понимать, что не продвигаетесь к достижению своей цели в этом году, значит, наступило хорошее время для того, чтобы внести изменения в свой план. Не принимайте неудачи как вариант, настройте свои паруса и спокойно продвигайтесь к своей цели. Если, делая одно и то же каждый день, вы не видите особого результата, попробуйте делать что-то другое, но не меняйте своей цели, просто найдите к ней другой путь.

8. Вы можете учиться у каждого.

«Если я иду с двумя другими людьми, каждый из них может послужить мне как учитель. Я буду искать в них что-то хорошее и подражать им в этом и что-то плохое, чтобы исправить это в себе».

Вы можете и должны учиться у каждого человека, которого встречаете на своем пути. Будь то жулик или святой человек, от каждого вы можете взять что-то полезное. История жизни каждого человека наполнена уроками, созревшими для того, чтобы их можно было преподать.

9. Все или ничего.

«Куда бы вы ни направлялись, следуйте туда всем своим сердцем».

Что бы вы ни делали, делайте это по максимуму, настолько, насколько возможно, или же не делайте этого вообще. Чтобы добиться успеха в жизни, требуется все от вас зависящее. Делайте лучшее из того, что можете, и вы будете жить без сожалений.