

Россия – Родина моя

– 16-летним юношей еще в 1922 году мой отец приехал в Россию из китайской деревни на заработки, – вспоминает Светлана. – Здесь он пустил корни, женился на русской девушке, воспитал четверых детей. В России его звали Сергеем Николаевичем. Ездил в Китай всего лишь несколько раз, в последнюю поездку привез из родной деревни горсточку земли. На наш вопрос «Хочешь ли пожить там?» он ответил: «Нет, Россия – моя вторая Родина, я хочу быть похороненным здесь, рядом с моей женой».

В тяжелые для всей страны годы Великой Отечественной войны отец Светланы проявил в полной мере свою крестьянскую жилку и огромное трудолюбие. Он один снабжал военный госпиталь овощами. Современному человеку трудно представить, сколько работы приходилось делать одному человеку для того, чтобы прокормить весь госпиталь и большую семью! За свои заслуги Сергей Николаевич получил звание «Ветеран войны».

Светлана была совсем маленькой, но кое-что о том далеком времени она помнит хорошо:

– Мы жили тогда в Иркутской области в двухэтажном деревянном доме для медперсонала при госпитале. На приусадебном участке отец сажал овощи, которыми и снабжал весь госпиталь. Несмотря на сибирские условия, он выращивал и помидоры с огурцами, и другие овощи, которые могли здесь вырасти. Мама ходила ему помогать, а нас оставляла дома: постелет на пол одеяло и оставит нас одних играть. Мне было годика четыре, я самая старшая, и еще двое братишек помладше. Жили мы очень дружно со всеми, особенно с главврачом – она души не чаяла в моем отце. И связала нас дружба на многие годы».

– Чем занимался Ваш отец в свободное от работы время?

– Ему не удалось на «отлично» освоить русский язык, да и не было времени на-

Как много хорошего сделано в истории нашей страны людьми, для которых Россия волею судьбы стала второй Родиной. Наравне с коренными жителями они делили победы и поражения, радости и горести, внося свою лепту в общие дела. Об одном из таких людей, приехавших в Россию в числе первых переселенцев из Китая, рассказала нам Светлана Петровская.



Фото из семейного архива

В нашей стране живет много людей разных национальностей, любящих Россию и считающих ее своей родиной

чуться читать, но его очень интересовали произведения русских писателей. Вечерами, перед сном, мама читала ему вслух. Особенно папа любил слушать про российскую деревню и произведения сибирских классиков.

Еще он очень любил русскую баню: мог париться по 3 часа! Ходил в баньку обычно днем, чтобы не «толкаться» с другими. Смеялся как ребенок, когда смотрел мультфильмы. Любил справлять дни рождения, хотя точной даты своего рождения не знал: в Китае не очень принято отмечать этот день. Так уж сложилось, что отмечали его день рождения вместе с моим. В одну из

поездок в Китай ему удалось уточнить дату своего рождения, и тогда мы стали чувствовать папу два раза в год.

– Судьба человека во многом зависит от политической ситуации, отразилось ли на Вашем отце «похолодание», произошедшее в отношениях России с Китаем?

– Да, несмотря на его преклонный возраст и заслуги перед Россией, ночью либо ранним утром приезжали из органов и проверяли документы, чтобы убедиться, что отец дома. В последний раз он подвергся такой проверке в 73 года, когда наступило относительное «потепление». Папа был готов к самому худшему, думал, что в одну

из ночей приедут и арестуют его. Он даже иголку с намотанной на нее ниткой держал на всякий случай. Переживал очень, успокоился только тогда, когда наступило «потепление».

– Многие знают о китайском трудолюбии, особенно среди крестьян. Расскажите об этом.

– Трудился Сергей Николаевич не покладая рук до самой старости. И в 95 лет, когда не мог уже сам делать тяжелую работу, отец лично проверял за нами, хорошо ли мы все сделали. Доставалось нам за то, что не так поливали огород! Старожилы до сих пор помнят отменную рассаду, которую он продавал, и по старой памяти приезжали к нам и заранее заказывали её.

Чистота у него везде была идеальная. Что говорить, если в 98 лет он сам снег вывозил со двора! Выпадут первые снега, отыщет, где снег не растаял, соберет все и вывезет, чтобы грязи не было. Ругали мы его за это: по старости лет ведь мог нечаянно где-то упасть, такое уже бывало. Но не мог он дома сидеть, такой уж характер. Вот так во время уборки снега он упал и сломал тазобедренный сустав, умер, не дожив полгода до 100 лет. Папа сам никогда не ленился и детей так воспитал, а внука, которого он вырастил, перенял дедушкину жилку, теперь нас поправляет, когда в огороде мы что-то делаем не так, как дедушка его учил.

Слушала я Светлану и думала: как много живет на территории нашей родины людей разных национальностей, к которым мы часто проявляем нетерпимость, лишая себя возможности познакомиться с культурой и традициями других народов. Но если в нашей стране будет больше таких честных и трудолюбивых людей, любящих Россию и считающих ее своей родиной, разве не принесет это пользу всем нам?

Надежда ЛИАНОВА

Король овощей

Именно так несколько веков назад называли шпинат арабские учёные. И хотя родиной этого растения, по-видимому, является Кавказ, в древности о нём в Европе не знали. В Россию это растение попало только в середине XVIII века.

Шпинат – однолетнее двудомное растение семейства маревых. Стебель травянистый, прямостоящий, листья округлые, очередные, в первый период вегетации сближены в виде розетки. Выращивают шпинат в открытом грунте всех зон, так как он скороспел, холодоустоек и достаточно высокоурожаен для зелёной культуры. Продукцию получают в течение всего лета при посеве в 2-3 срока. Семена шпината прорастают уже при низкой температуре, и в фазе розетки он выносит заморозки до -6 -8 градусов. Корневая система растения слабо развита и располагается на глубине 20-25 см, поэтому оно нуждается в высокой влажности почвы. Недостаток влаги и слишком сухой воздух способствуют быстрому старению растения. При уборке шпинат выдёргивают с корнем и реализуют в тот же день, не допуская увядания зелени.

Шпинат – очень ценное пищевое растение: по количеству бел-

ка он уступает лишь гороху и фасоли. Минеральный, витаминный и белковый состав шпината оправдывает его название – король овощей. Листья его богаты различными витаминами (С, В-1, В-2, В-3, В-6, Е, РР, К), провитамином А, солями железа, фолиевой кислотой. Поэтому это растение с успехом используется в диетическом и детском питании, как лечебное средство при цинге и других авитаминозах. Особенностью шпината является содержание в нём секретина, благоприятного для работы желудка и поджелудочной железы.

Не так давно установлено, что шпинат богат солями железа, а его хлорофилл по химическому составу близок к гемоглобину крови. По этой причине шпинат чрезвычайно полезен больным малокровием и туберкулёзом.

В пищу используют молодую розетку шпината. Листья употребляют варёными (зелёные щи, вторые блюда) и сырыми (салаты, заправленные майонезом,

сметаной, уксусом, перцем, чесноком, солью). Свои ценные питательные качества они сохраняют в консервированном и свежемороженом виде. Листья также можно сушить и после размалывания использовать в виде порошка как приправу для различных блюд.

Но, употребляя шпинат в пищу, следует помнить, что блюда из него, если хранить их в тёплом месте, спустя 24-48 часов, могут стать причиной отравлений, особенно опасных для детей. Дело в том, что в тепле под влиянием особых микробов в пище из шпината образуются довольно ядовитые азотнокислые соли. При попадании в кровь они образуют метгемоглобин и выключают из дыхания эритроциты. При этом у детей, спустя 2-3 часа, появляются синюшность кожных покровов, одышка, рвота, понос, возможно, и потеря сознания.

Учитывая всё это, употреблять в пищу надо только свежеприготовленные шпинатные блюда. А при болезнях печени и подагре нельзя есть даже и свежеприготовленные блюда из шпината.

Валентина ЛИСИЦЫНА

А вот несколько рецептов:

Шпинат тушёный:

Листья хорошо промыть, варить с небольшим количеством воды без добавления соли до полуготовности, переложить в жаровню, добавить масло, соль, петрушку, сельдерей, укроп, пряности и тушить до полной готовности.



Фото: David Paul MORRIS/Getty Images

Зелёные щи:

Шпинат без корней хорошо промыть, сварить в небольшом количестве воды, протереть массу через сито, добавить по вкусу соль, лимонную кислоту, долить воды и прокипятить. Протёртую массу добавить к бульону, заправив корешками петрушки, сельдереем и пр.

Шпинат, запеченный в тесте:

Листья шпината хорошо промыть, просушить на полотенце. Приготовить тесто из 200 гр. муки, 2-х яиц и стакана молока или воды. По 2-3 листа шпината обмакнуть в жидкое тесто и поджарить в растопленном жире.

Приятного вам аппетита!