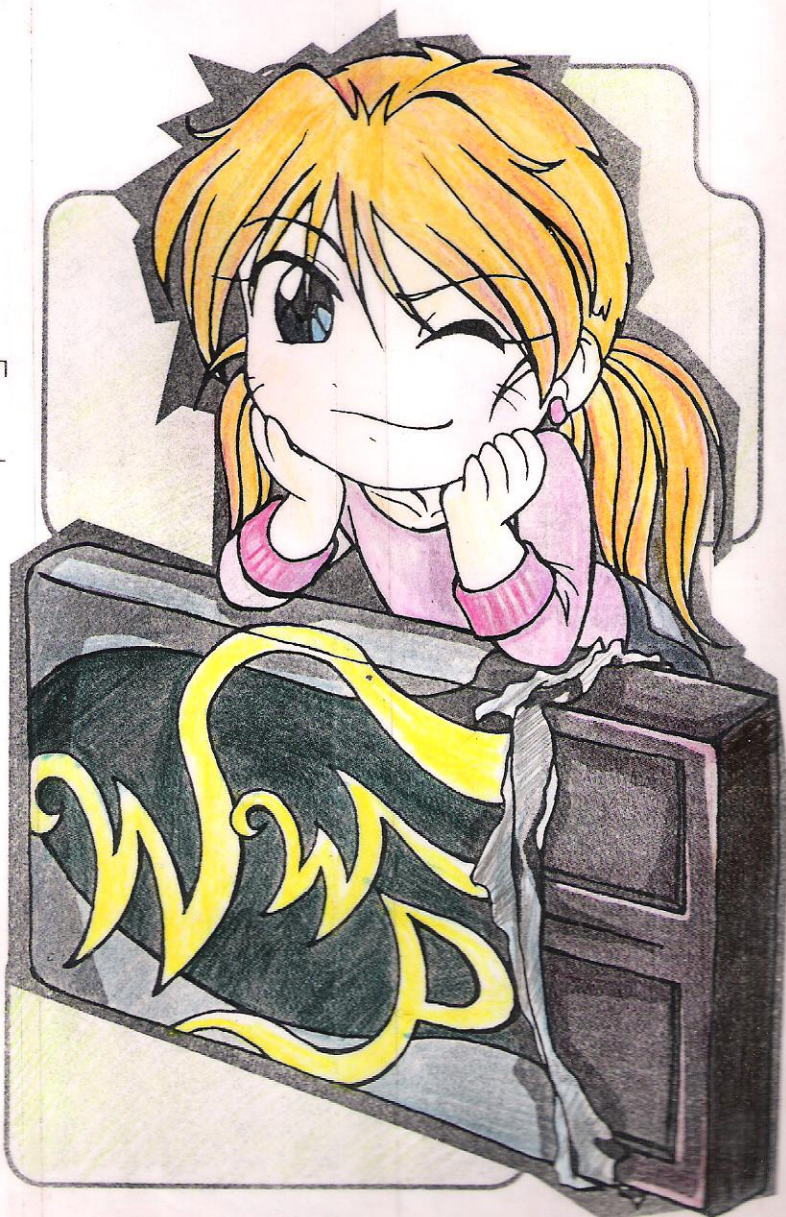


СЛАДКИЕ ИСТОРИИ

РОДИТЕЛИ ЧАСТО ТВЕРДЯТ: СЛАДКОЕ ЕСТЬ ВРЕДНО... А ВОТ И НЕТ! МНОГие СЛАДОСТИ ОЧЕНЬ ПОЛЕЗНЫ, НО НЕ ВСЕ РОДИТЕЛИ ОБ ЭТОМ ЗНАЮТ. ДАВАЙТЕ ИМ РАССКАЖЕМ!

ШОКОЛАД — одно из древнейших лакомств. Ему больше тысячи лет! Шоколадные напитки с приправами (перцем, мёдом, орехами) варили индейцы Латинской Америки. В Европу какао-бобы, из которых делается шоколад, приехали в 16 веке с мореплавателем Христофором Колумбом. Шоколад стал самым популярным напитком. «Твёрдый» шоколад стали производить с конца 17 века.

Мы привыкли к тому, что шоколад тёмного цвета. На самом деле основа шоколада — светлая, потому что делается из белого какао-масла, а тёмный цвет ему придаёт какао-порошок (чем его больше, чем шоколад темнее и горче). А любимый многими молочный шоколад (более приторный и мягкий, чем обычный) делается с добавлением сгущённого молока. Шоколад очень полезен: он питательный, содержит витамины, помогает сосредоточиться и... поднимает настроение!





Название происходит от французского слова «дуновение» - этот продукт и в самом деле очень лёгкий и подходит для тех, кто беспокоится о своей фигуре. Оно готовится из взбитого яичного белка, молока и муки, для вкуса туда добавляются сахар и ягоды или сок. Главное, чтобы суфле было воздушным! А если белки не просто взбиваются, но и запекаются с сахаром, то такое суфле получает название безе (или меренга) — это воздушное хрустящее пирожное, которое так и тает на языке. Суфле может быть и не сладким — с овощами, сыром или мясом вместо сахара и ягод. Сырное и мясное суфле — очень сытное и вполне может заменить завтрак или ужин.

ЖВАЧКА — точнее, жевательная резинка — известна с древнейших времён. В Европе жевали сладковатую вишнёвую, сосновую или берёзовую смолу, на Дальнем Востоке — мяту и бетель, в Америке — смолу «чикл» дерева сапсодила, смешивая её с пчелиным воском. Именно из этой смолы в конце 19 века и стали изготавливать жевательную резинку (чевинг-гам). Позднее в её состав добавили сахар, благодаря которому дольше сохранялся вкус. В 80-е годы 20 века появилась жвачка, из которой можно надувать пузыри (баббл-гам). Жвачка — тоже полезный продукт: она помогает переварить пищу, очистить зубы после еды и укрепляет дёсны, но её нельзя жевать на голодный желудок!





ХАЛВА — очень сладкий десерт из сахара либо мёда, орехов или семян, делается на растительном или — реже — сливочном масле. Название её происходит от индийского «алваа». В Индии и арабских странах халву делают на манной крупе (семолине), а в европейских странах — с молотыми семечками кунжута и подсолнуха. Восточная халва слоистая, рассыпчатая, прямо-таки тает во рту. Туда могут добавляться сухофрукты, сок, ароматные приправы. Европейская халва — тянучая или твёрдая, для такого лакомства нужны крепкие зубки. Жёсткие-прежесткие конфеты «грильяж» и сочные козинаки с орешками и семечками — тоже халва! На Востоке есть поговорка: сколько не говори «халва», во рту слаще не станет. Зачем же её делают такой сладкой? Чтобы хотелось пить! Ведь на Востоке очень жарко и воды надо пить очень много, чтобы не перегреться.

Что может быть лучше **МОРОЖЕНОГО**? Два мороженых! Этим лакомством угощались римские императоры и арабские султаны: снег для создания их любимых замороженных десертов из фруктов и соков доставлялся с горных круч. А у нас на Руси ещё в древние времена на сладкое подавали замороженное молоко с сахаром. В Европе мороженое из молока и сливок изобрели в 19 веке в городе Пломбьер, откуда и пошло название «пломбир». А мороженое «эскимо» придумал в начале 20 века американец Нельсон: большую шоколадную конфету с начинкой из мороженого он назвал «эскимосским пирожком» («эскимо пай»).

