



**«Мы смотрим
в будущее!»
КОНКУРС
ПРОДОЛЖАЕТСЯ!**

Урожай я собираю, всех морковкой угощаю:
«Не хандри и не болей, витамины ешь скорей!»

На фото Ксюша Клочихина, с. Турунтаево

Морковь - весьма обычный для нас овощ. Она присутствует в большом количестве блюд на нашем столе; ее добавляют в супы, к различным мясным блюдам. Однако существует немало блюд, в которых она является основным компонентом.

В моркови содержится очень много каротина - вещества, способствующего выработке витамина А (именно он отвечает за зрение, состояние кожи и улучшает обмен веществ). Именно поэтому вы можете включить этот овощ в свой постоянный рацион. Получится не только вкусно, но и полезно.

МОРКОВЬ КАК ЛЕКАРСТВО

Она полезна при малокровии, бронхите, некоторых кожных, сердечно-сосудистых заболеваниях, болезнях печени и почек, при заживлении ран, для поддержания зрения, как лекарство от меланхолии.

При **инфаркте миокарда** с первых дней назначают морковный сок (как источник каротина) по 100 мл 2—3 раза в день.

При **насморке** применяется смесь морковного сока и растительного масла, взятых в равных частях, с добавлением нескольких капель чесночного сока. Ее закапывают в нос по несколько раз в день.

При **ангине** хорошо полоскать горло смесью морковного сока и меда, разбавленной кипяченой водой.

При **болезнях горла, кашле, охриплости голоса** несколько корнеплодов моркови натереть на терке или пропустить через мясорубку, затем отжать сок. Перед употреблением смешать его с медом или сахаром по вкусу. Принимать по 1 ст.л. 4—5 раз в день.

При **гипертонии** смешать по 1 стакану морковного сока, сока хрена и меда с соком 1 лимона. Хранить смесь в холодильнике в закрытой банке. Принимать по 1—2 ч.л. 3 раза в день за 1 час до еды.

КАК ПРАВИЛЬНО ХРАНИТЬ МОРКОВЬ

Хранить морковь необходимо при температуре 0 - 1°C. При температуре минус 2°C и ниже корнеплоды повреждаются, выше +2°C - прорастают. Для хранения используют ящики вместимостью 20 - 25 кг с плотными стенками. Морковь, находящуюся в них, нужно перед хранением засыпать влажным песком.

SMS-ШТУРМ



ПРИВЕТЫ

- Настя Постникова, Люба Ситинки, Настя Викторова, Таня Старкова, Света Тарасова, Ира Тарасова, Яна Гнатюк и Женя Дамасова, передаю вам огромный пламенный привет! Вы самые лучшие подружки, я вас никогда не забуду! N@t@ш@.
- Колимафику привет огромный!
- Передаю большой привет девочкам из Таловки, так хочется к вам! Викуля.
- Андрей Иннокентьевич, привет! Не забывай!
- Передаю огромный привет 8 «а» Ильинской школы. Вы супер! Однеклассница Люба.
- Передаю привет 11 «б» классу гимназии. Респект и уважуха. Любаша.
- Передаю огромный привет ГУФУ, ты мне очень нравишься! Незнакомка.
- Передаю большой пламенный привет Т. Валере. Удачи тебе в жизни и любви. Ты где потерялся? Подруга Вера П.
- Передаю огромный привет любимому 9 «а» классу гимназии. Удачной вам уче-

бы! Натк@

Передаю привет всем Потаповым. Желаем всем счастья, здоровья, любви! Потаповы Гена и Надежда.

Привет и масса наилучших пожеланий Зинаиде Николаевне Оскорбиной!

Передаю привет Матвеевой Ж., ты очень хорошая девочка и с тобой никогда не соскучишься.

ПЕРЛЫ

Я могу тебя долго ждать: долго-долго и верно-верно. Даже ночи могу не спать, день и два и весь год, наверно. Пусть листочки календаря облетят, как листья из сада, только знать бы что все не зря, что тебе это надо!

Не для нас, не для нас горят на улицах огни. Не для нас сегодня этот праздник. Небо и землю - все обошел я, но такую нигде не встретил. Разбито сердце скромного парня! Думаю, Ира, ты меня узнала.

ПОСЛАНИЯ

Галиусе Лукьяновой. Ты мимо шла с дру- гим парнишкой, я видел это из окна. И

ты смеялась громко-громко и не заметила меня! Слеза запуталась в ресницах, а я шепчу все вновь и вновь: зачем, зачем на белом свете есть безответная любовь?

M@ришк@! Знай, что 2x2=4, знай, что крутится Земля, знай, что есть на свете парень, знай, что любит он тебя! Натк@.

Страдание, боль - вот, что осталось от расставания с тобой. Была любовь или казалась, но все как будто не со мной.

Я помню все: твои глаза, улыбку, губы, голос твой. Но почему ты не со мной??? Во сне с тобой я каждый день, я быть с тобой всегда хочу. Везде со мной ты, словно тень, а без тебя я не могу. Мне больно, плохо, одиноко, я не хочу тебя терять. Мне ничего не жаль нисколько.

Но ты не смог меня понять. Я буду ждать тебя хоть сколько. Я не забуду никогда твою улыбку, руки, губы, твои красивые глаза. Ну, вот и все, прощай, мой милый, от слез моих не видно даже строк. Я буду ждать тебя, ЛЮБИМЫЙ, жаль, ты не смог меня понять!!!

Зачем живешь на свете ты? И мой ответ таков: «Чтоб грозди дивной красоты найти среди сорняков». Чтоб ошибаться и прощать нападки злой молвы, среди пены облаков искать осколок синевы. Чтоб нежно целовать уста того, кто сердцу мил, чтоб рассказать, как жизнь чиста, тем, кто о том забыл».

ПРИЗНАНИЯ

Соковикова Катя самая, самая!!! Я. Лебедев Саша, ты такой лапочка!!! Тайная поклонница.

Ты будешь мой, Рома из 11 класса! Обернись, я совсем рядом, а ты не замечаешь!

Саша Патрушев - самый клевый парень в Турунтаево. Поклонница.

Рома М., ты мне очень нравишься. Напиши мне, пожалуйста, я буду ждать!

Водители автобусов Улан-Удэ-Горнячск, вы такие симпатяги! Пассажирика.

Кузьмин Евгений Вячеславович - учитель ИВТ, мы вас очень любим! Ваши ученики!

Саша Лебедев, ты просто супер!!! Тайная поклонница.

Сереженка, солнышко ты мое голубоглазое! Я очень сильно тебя люблю. Не представляю жизни без тебя!

Андрей, я люблю тебя! Хочешь, докажу. Хочешь, на луне далекой тополь посажу? Хочешь, утону... Я люблю тебя, не веришь? Все равно люблю!!! Твоя Валюша.

Анота, Ириша и Настюша, вы самые лучшие! От меня.

МНЕНИЯ

10 класс Туркинской школы - лучший! ТК ВСГТУ гр. 80, девочки, вы лучшие!

ВОПРОСЫ
Девочки и мальчишки, а когда лучше начать готовиться к ЕГЭ: в начале года или в середине?

К какому Никите вы обращаетесь?

Сашулька Клишко, почему ты не понимаешь самых простых вещей? Вообще-то ты мне не безразличен, я люблю тебя уже на протяжении 3-х лет и буду любить, потому что ты прикольный и самый любимый. Мне никто больше не нужен. Лапочка, давай, будем вместе?! Настя из Комы.

Наташа М., почему ты дружишь не с тем парнем? Ведь я люблю тебя больше, чем он, и я совсем рядом, оглянься!!!

ОТЗОВИСЬ
А кто писал про Марину и Наташу, которые сидели на рынке, отзовись. Марина.

ПРОСЬБА
Жека С., отдай деньги девушке! Прошло уже много времени, давно можно было найти такую сумму.

Вероника и Юлия, обратите на нас внимание, вы нам очень нравитесь! Парни из соседнего дома.

Даша, приезжай поскорей к нам в Турку! Твоя сестра Женя.

Парень, которому нравится Полина Н. из НСШ, подойди к ней на школьном вечере.

Настя Софина, напиши хоть один стих в СМС-штурм. Пусть все знают, что ты хорошо пишешь. Девчонка из гимназии.

СПАСИБО
Спасибо маме и папе, что я отдыхала в Анапе. Спасибо за море и долгие воспоминания. Ваша дочь Вика Лобанова.

Спасибо маме и папе, что я отдыхала в Анапе. Спасибо за море и долгие воспоминания. Ваша дочь Вика Лобанова.

Спасибо маме и папе, что я отдыхала в Анапе. Спасибо за море и долгие воспоминания. Ваша дочь Вика Лобанова.



Администрация МО «Ильинское» сельское поселение сердечно поздравляет АЛЕКСЕЕВУ Любовь Семеновну, главного бухгалтера администрации, с юбилеем!

Сегодня необычный день рождения...

Прекрасная дата - 55 лет!

Пора серьезных, ярких достижений

И новых замечательных побед.

Пусть каждый день для Вас удачным будет,

На все хватает времени и сил,

И пусть родные, близкие Вам люди

Вас радуют вниманием своим!



Поздравляем с юбилеем Ерофеева Николая Ульяновича! Желаем здоровья, долгих лет жизни, семейного благополучия!

Одноклассники, выпуск 1977 г.



ЗАГОТОВКИ ИЗ МОРКОВИ

МОРКОВЬ С ЛУКОМ

Морковь очистить, нарезать колечками. Мелкий лук очистить. Уложить все слоями в банку. Приготовить раствор для заливки с добавлением сахара, соли, яблочного уксуса или лимонной кислоты. Раствор прокипятить

БЛЮДО ИЗ МОРКОВИ

Блины морковные

Для рецепта вам требуется:

морковь - 200 г

молоко - 2 стакана

масло сливочное - 100 г

манная крупа - 100 г

яйцо - 5 шт.

сахар - 2 ст. л.

масло растительное - 1/4

стакана

сметана - 1/2 стакана.

Морковь очистить, нарезать мелкими кусочками, припустить в небольшом количестве молока до полного размягчения и протереть. В полученное пюре добавить сливочное масло, оставшееся молоко, всыпать манную крупу, сахар, все хорошо перемешать и довести до кипения, проварить 2-3 мин. Желтки яиц отделить от белков и ввести в тесто; белки взбить и осторожно смешать



с готовой массой. Выпекать блины на чугунной сковороде с растительным маслом. Отдельно подать к блинам растительное масло и сметану.

Торт морковный

Для теста: на мелкой терке натереть морковь, так чтобы получился стакан моркови. В эмалированной посуде взбить два яйца со стаканом сахара, добавить морковку, стакан муки и чайную ложку соды, гашенную уксусом.

Форму смазать маслом, выложить в нее тесто и выпекать 40-50 минут при температуре 180-190 градусов. Выложить пирог из формы, остудить и разрезать на два коржа. Приготовить крем: полстакана охлажденной сметаны очень высокой жирности - не ниже 30% - взбить венчиком с двумя столовыми ложками сахарной пудры. Смазать нижний

корж толстым слоем крема, накрыть верхним коржом. Если же душа требует праздника, то готовим глазурь: в кастрюльке расплавить 50 граммов сливочного масла, добавить полстакана сахара, мешать до полного растворения. В отдельной посуде смешать 3 чайные ложки какао с пятью столовыми ложками молока и влить к стоящей на плите масляно-сахарной смеси. Варить, постоянно помешивая, до загустения 10-15 минут. Остудить и покрыть торт тонким слоем. Если глазурь слишком густая, то можно долить молока, разогреть еще раз, тщательно перемешать и снова охладить. Залить торт сверху глазурью и присыпать грецкими орешками.

РАЗНОЕ
Отдам кошечку и котика в хорошие руки. Тел. 89503913746, 51-2-30.
Полина Н. из Нестерова, я рад, что ты наконец-то рассталась с Женей. Теперь у меня есть шансы стать твоим парнем. Максим.

ОТВЕТЫ
Девушка, лучше не надо терять любимого человека, потому что если он действительно тебе дорог, если ты сильно к нему привязана, ты просто не сможешь без него. Ты будешь сильно скучать без него, тебя будет тянуть к нему. Тебе захочется быть с ним рядом всегда. И это желание будет непреодолимо! Помни это всегда! Клубничка@

ЖДЁМ ВАШИХ SMS-ок!

+79149831796

К сведению, SMS-сообщения с поздравлениями не принимаются. Все поздравления платные.

ПРИБАЙКАЛЕЦ

Главный редактор
ГОРБУНОВА
Елена Дмитриевна

ИНДЕКС издания 50932

УЧРЕДИТЕЛЬ:
Представительный орган
местного самоуправления
«Прибайкальский районный
совет депутатов»

Газета зарегистрирована
Управлением Федеральной службы по надзору
в сфере связи, информационных технологий и
массовых коммуникаций по Республике Бурятия.
Свидетельство о регистрации
ПИ № ТУ03-00075.

Вёрстка и дизайн: Елисеев П.Н.
Корректур: Очирова С.И.

НАШ АДРЕС:

671260, Прибайкальский район,
с. Турунтаево, ул. Ленина, 94.

Е-mail: prib_07@mail.ru

Редактор: 51-5-36 (факс)

Отдел писем: 41-6-50

Бухгалтерия: 41-6-50

Газета набрана и сверстана в компьютерном отделе редакции газеты «Прибайкалец».
Отпечатана в типографии «Новая Печать»: г. Улан-Удэ, пр. Автомобилистов, 15 а.
Тел: 212-220.

Формат А3. Тираж: 2450. Заказ: 37

Подписано в печать по графику: 10.00 час., 23.09.10.

За достоверность фактов несут ответственность авторы публикации. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением автора. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Материалы, помещенные *, публикуются на платной основе. Справки по объявлениям - у рекламодателя.