Автор: admin
14.06.2011 18:29 -

Что делать при легком недомогании? Венгерский вариант

Осень. Это ж такое время года… То, что «очей очарованье» – оно понятно. Но это так – поэтическая составляющая. А если её отодвинуть чуть-чуть в сторонку и вглядеться в реальную прозу жизни, что увидим?

Особенно после того, как «бабье лето» крылышком махнет, пристроится к хвосту очередного, гусиного каравана, пролетающего где-то высоко-высоко в небе. Да так, что зачастую самого его и не видно за опустившимися поближе к земле облаками с уже не летним, белым, а немного подкрашенным снизу серым, не радующим глаз, налетом. И вот откуда-то сверху, из-за них, изредка донесется: «га-га». И потом снова, уже типа прощального: «га»…

Летят… Летят гуси. Откуда-то с Севера. С Белого моря. А вместе с ними, где-то в хвосте гусиного каравана, в компании с молодняком, – и «бабье лето». Тоже на юг. Оставляя нам нудный осенний дождик и надвигающиеся зимние холода.

И что за погода? Сверху моросит, так и норовя – обязательно за воротник. Под ногами хлюпает. И ветер. Резкий, пронзительный, холодный. Хоть застегивай куртку, хоть нет. Обязательно найдет какую щёлочку. Проберется под рубашку и вцепится в тебя острыми, вызывающими озноб, коготками.

А если этот озноб не проходит и после того, как вы с комфортом пристроитесь у какой-нибудь уютной в своих горячих чувствах батареи центрального отопления… Всё, верная примета. Простуда уже где-то рядом.

Но болеть – ой, как не хочется! День-то будний. Неделя и к середине ещё не подобралась. И до выходных – напланировано… Что же делать?!

Главное – не паниковать. Есть пара верных способов.

Первый мне ещё в Венгрии «подарили». Было дело. Надумал как-то летом заболеть. В стройотряде. И базировались мы как раз в Венгрии. В Шопроне. Ну, я и полез в дорожную сумку посмотреть, что из медикаментов с собою из Союза прихватил. А венгры как увидели, чем я занят... И давай все дружно, в голос хохотать. Как отсмеялись, отобрали у меня таблетки. И с собой унесли. А взамен приволокли бутылку местного красного вина – кекфранкоша. Вот так я и научился **глинтвейн** варить.

Его, между прочим, можно не только из красного, но и из белого вина готовить. Но красное – полезнее. В нем больше, чем в белом, и железа, и витамина С.

Помимо вина, нам понадобится ещё стандартный набор приправ – лавровый лист, корица, гвоздика, душистый перец, лимонная кожура. Именно кожура. Потому что в данном, конкретном случае, нас интересует не витамин С. Его и в вине достаточно. Нам нужны содержащиеся в кожуре эфирные масла. А они есть и в лимонной, и в апельсиновой. Поэтому, если под рукой нет первой, её легко заменить на вторую.

По гвоздике сильно усердствовать не надо, 4-5 её почек – вполне достаточно. Большее их количество может сковывать дыхание. А это не всегда приятно. То же самое и с остальными приправами. Всего – в меру. Лаврушки на стандартную винную бутылку ёмкостью 0,7 литра – 3-4 листика. Душистого перца – горсточку. Корицы – с горочкой на кончике ножа. Это где-то четверть, 1/5 чайной ложки. Для любителей острого рекомендую добавить 6-7 горошин черного перца. Так, чтобы уже готовый глинтвейн чуточку язычок пощипывал.

Кстати, когда мне в первый раз глинтвейн приготовили венгры, они в вино положили ещё малюсенький кусочек сухого жгучего красного перца. Паприки. И что потом было… От такого ударного приправного шока мои вкусовые и обонятельные рецепторы отошли только к концу следующих суток. А до того им было совершенно безразлично. Острое, кислое, горькое… Всё – безвкусное. Так что сильно экспериментировать по перечню и количеству при приготовлении глинтвейна – не рекомендую.

Просто берем все наши стандартные приправы, вместе с лимонной или апельсиновой кожурой бросаем их в вино, предварительно налитое в эмалированную кастрюльку, и начинаем нагревать. Нагревать! Но ни в коем случае **не кипятить**. Иначе весь витамин С разрушится. И будет у нас не глинтвейн, а винный напиток с приправами. От которого польза для здоровья – нулевая.

Как вино нагрели градусов до 80-85 (почти до кипения), огонь под кастрюлькой выключили, накрыли её крышкой и оставили глинтвейн настояться. Примерно часа достаточно, чтобы все эфирные масла соединились с вином.

А как соединятся – наливаем в чашку и… Нет-нет, пить ещё рано. Мёд! Он тоже – важная составляющая глинтвейна. Берем хорошую столовую ложку мёда, размешиваем в чашке с горячим напитком, и вот теперь – можно пить!

Это **первый способ** приготовления глинтвейна. Но **есть ещё и второй**. Он применяется в случае, если за основу глинтвейна берется концентрированное густое вино. Типа грузинского «Саперави». Или если у вас повышенная кислотность желудка.

В этом случае берем граммов 250-300 водички. И все наши приправы с цитрусовой кожурой кипятим в ней. После чего огонь отключаем, вливаем в кастрюлю с приправами уже горячее вино и накрываем её крышкой. При таком варианте приготовления глинтвейна, долго настаивать напиток не надо. Достаточно минут 10-15. Чтобы жидкость остыла до температуры, приятной для употребления.

И далее – по отработанной схеме. Наливаем глинтвейн в чашку, добавляем мёд и пьём. Пьём и помним, что *выздоровление зависит не только от лекарства, но и от удовольствия, с которым вы его принимаете.*

При приближающемся зимнем недостатке витаминов глинтвейн – просто *кладезь гемоглобина* . А находящиеся в нем *эфирные масла прочищают и вентилируют все участки глотки* . Начиная от носоглотки и заканчивая гортанью. Не обижая при этом и ротовую полость. Так что и насморк при таком способе лечения – не страшен.

А уж какой сон у вас будет… Да, надеюсь, все понимают, что лечиться надо вечером, когда все дела уже сделаны и необходимости снова сесть за руль точно не возникнет. Алкоголь всё-таки. А его нынче в крови водителя вообще быть не должно.

Так что в чашечку наливаем только на сон грядущий. Налили горяченького, мёд размешали, выпили и – под одеялко. Чтобы утром встать бодрым, здоровым, а от того и веселым…

Но если такого не получается и встаете с утра не то чтобы больным, но и, чувствуете, не особо здоровым, – не расстраивайтесь. Есть ещё способ. Уже чисто наш, российский. Ядреный.

Автор - **Константин Кучер**
Источник