

МБОУ «Северская средняя общеобразовательная школа»

Ключевского района Алтайского края

**Исследовательская работа**

**« Цена хлеба»**

Автор Токаев Сергей

уч- ся 3 класса

МБОУ «Северская СОШ»

телефон 9609642815

Руководитель:

учитель начальных классов

Бондарева М.В.

с. Северка

2012 г

## Оглавление:

Введение .....	с 3-4
Глава первая. Из истории хлеба.....	с 5-8
1.1. История возникновения хлеба.....	с 5-6
1.2. Мифологическое значение слова «хлеб».....	с 6-8
Глава вторая. Хлеб верный спутник и гениальное изобретение человечества.....	с 9-13
2.1. Хлеб фронтовой, хлеб блокадный.....	с 9-10
2.2. Как хлеб приходит к нам на стол?.....	с 10-11
2.3. Ключевский каравай.....	с 11-13
2.4. Чем полезен хлеб?.....	с 13-14
3. Мои исследования.....	с 15-17
4. Заключение.....	с 18
5. Список литературы.....	с 19
6. Приложение.....	с 20-23

## Введение.

Не напрасно народ  
С давних пор и поныне  
Хлеб насущный зовет  
Самой первой святыней.  
Золотые слова  
Забывать мы не вправе:  
"Хлеб всему голова!" -  
В поле, в доме, в державе!

« Хлеб - наше богатство!» - так часто говорит моя бабушка, которая работала пекарем в крестьянском хозяйстве А.Н. Швагера.

Есть в мире понятия, ценность которых ни в чём не измеряется. Это воздух, земля, вода, солнце. К ним можно отнести и хлеб, древний и вечно молодой продукт человеческого труда. «Хлеб – всему голова» - гласит народная мудрость. Без хлеба не обходится ни один скромный завтрак, ни будничные обед, ни праздничный стол. Вырастая, дети, помнят запах родного очага всю свою жизнь и впоследствии, создавая уже свои семьи, интуитивно хранят в них те же традиции, которые они вобрали в себя в родительском доме. Ведь хлеб сопровождает нас от рождения до глубокой старости - добрый наш друг, имя которого на всех языках люди произносят с любовью и теплотой.

Почему же хлеб считается богатством? Почему, не смотря на то, что все об этом знают, часто мы видим брошенный кусок хлеба в грязь, недоеденные кусочки на столе, выброшенные в мусор буханки хлеба.

Обсуждая данную проблему в классе, я предположил, что такое отношение к хлебу большинства ребят связано с тем, что они не знают, сколько труда потрачено и сколько людей разных профессий задействовано в

приготовлении хлеба. Я решил исследовать отношение людей к хлебу, узнать цену каждого несъеденного кусочка.

Цель работы: узнать о значении хлеба в жизни человека.

Задачи работы:

- познакомиться с историей возникновения и способами приготовления хлеба;
- выяснить, чем полезен хлеб для здоровья человека;
- исследовать отношение ребят нашего класса к хлебу и узнать, какова же она цена хлеба;

Методы исследования:

- изучить информацию из разных источников (литература, СМИ, интернет)
- опрос учащихся
- наблюдения в столовой
- анализ результатов опроса и наблюдений

## **ГЛАВА I Из истории хлеба**

### **1.1. История возникновения хлеба.**

Ученые полагают, что впервые хлеб появился на земле свыше пятнадцати тысяч лет назад. Жизнь наших предков в те далекие времена была нелёгкой. Главной заботой была забота о пропитании. В поисках пищи они-то и обратили внимание на злаковые растения. Долгое время люди употребляли в пищу зерна в сыром виде, затем научились растирать их между камнями, получая крупу, и варить её. Так появились первые жернова, первая мука, первый хлеб. Первый хлеб имел вид жидкой каши.

Случайно человек обнаружил, что если зерна поджарить, то каша получается гораздо вкуснее той, которую он ел из сырых зерен. Это и было вторым открытием хлеба.

Однажды во время приготовления зерновой каши часть её вылилась и превратилась в румяную лепешку. Своим приятным запахом, аппетитным видом и вкусом она удивила человека. Тогда-то наши далекие предки из густой зерновой каши стали выпекать пресный хлеб в виде лепешки. [7.2.]<sup>1</sup> Прошло ещё много времени и свершилось ещё одно чудо. Древние египтяне научились готовить хлеб со сброженного теста. Считают, что по недосмотру раба, готовившего тесто, оно подкисло и, чтобы избежать наказания, он все же рискнул испечь лепешки. Получились они пышнее, румянее, вкуснее, чем из пресного теста.

Почему хлеб стал называться хлебом.

Слово «хлеб» имеет древнегреческое происхождение. Дело в том, что греки выпекали свой хлеб в специальных горшках, называемые «клибанос».

Отсюда произошло готское слово «хлайфс», которое затем переняли древние германцы, славяне и другие народы. В старонемецком языке сохранилось слово «хлайб», очень напоминающее наш «хлеб», или эстонское «лейб». [4]<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> <http://www.prohleb.ru/index.php?page=17>

<sup>2</sup> Детская энциклопедия. Всё обо всём. М. Слово. 1993

Каким был хлеб на Руси?

С древнейших времен выпечка хлеба на Руси считалась делом ответственным и почетным. Во многих поселениях были специальные избы, приспособленные для выпечки хлеба. В этих примитивных пекарнях готовили хлеб мастера, которых называли хлебниками. Кроме хлебников, хлеб выпекали в каждом доме, и выполняли эту работу обычно женщины. В XI столетии на Руси выпекали кислый, т.е. сброженный, хлеб из ржаной муки. Производство ржаного хлеба было большим искусством, оно основывалось на применении специальных заквасок, или квасов, секрет приготовления которых держался в строжайшей тайне и передавался из поколения в поколение.[3]<sup>3</sup>

Кроме ржаного хлеба в монастырских пекарнях на Руси выпекали просфоры и хлеб из пшеничной муки, сайки, калачи и другие хлебные изделия. В XVI в. пекари на Руси уже подразделялись на хлебников, калачников, пирожников, пряничников, блинников и ситников, составляя значительную часть городских ремесленников. Они выпекали ржаной и пшеничный хлеб разных сортов, булочные изделия, пироги, пряники.

## **1.2. Мифологическое значение слова «хлеб»**

Хлеб – наиболее сакральный (божественный) вид пищи, символ достатка, изобилия и материального благополучия. Осмысливается как живое существо или даже образ самого божества. Требуется к себе особо почтительного и почти религиозного отношения. В быту и в обрядах часто объединяется с солью.

Хлеб упоминается в сочетании с Богом, землёй, солнцем и практически лишён негативных значений.

У восточных и западных славян было принято, чтобы буханка хлеба постоянно лежала на столе в красном углу. Хлеб на столе символизировал

---

<sup>3</sup> Митяев А. Ржаной хлебушко, калачу дедушка. М. Детская литература 1990

достаток дома, постоянную готовность к приёму гостя, а также был знаком божественного покровительства и оберегом от враждебных сил. По общеславянскому выражению, хлеб – «дар Божий», а по русскому, «стол – ладонь Божья».

Не разрешалось, чтобы один человек доедал хлеб за другим – заберешь его счастье, силу. Нельзя есть за спиной другого человека – тоже съешь его силу. Давшего во время еды хлеб со стола собакам ожидает бедность. Нельзя оставлять кусок хлеба на столе, иначе похудеешь – «он тебя есть будет».

Разрезание хлеба и распределение его между едоками были обязанностью мужчины, а заквашивание теста и выпечка хлеба – женскими занятиями.

Хлеб широко использовали в качестве оберега: клали его в колыбель к новорождённому, брали с собой, отправляясь в дорогу, чтобы он охранял в пути, клали на место, где лежал покойник, чтобы хлеб победил смерть и умерший не унёс с собой плодородия, выносили на улицу при приближении грозы или градовой тучи, чтобы защитить посевы, обходили хлебом загоревшееся строение или бросали его в огонь, чтобы остановить распространение пожара.

Хлеб оставляли на ночь на месте будущего дома, чтобы определить, подходит ли оно для строительства; несли его при переходе в новый дом.

Хлеб широко использовали в качестве обрядового дара: брали его с собой, отправляясь свататься, с хлебом и солью встречали гостя, молодых по возвращении из церкви после венчания, везли хлеб вместе с приданым невесты, угощали им друг друга в различных обрядовых ситуациях.

Хлеб, забытый в печи, наделяли особыми свойствами; его давали человеку, который тосковал по умершему, чтобы он забыл их, использовали как лечебное средство.

В русской свадьбе молодых благословляли иконой и хлебом, на рукобитье клали их руки на хлеб при заключении договорённости о свадьбе.

Из глубины веков, из старинных легенд дошли до нас слова «клянусь своим хлебом». [7.1.]<sup>4</sup>

Самым большим грехом на Руси считалось уронить хотя бы одну крошку хлеба, ещё большим – растоптать эту крошку ногами.

Не из-за скупости подбираются все крошки за столом, а из-за почтительного отношения к бесценному продукту.

---

<sup>4</sup> <http://www.antiqueonline.ru/hleb.html>

## **ГЛАВА II Хлеб верный спутник и гениальное изобретение человечества.**

### 2.1. Хлеб фронтовой, хлеб блокадный...

Я помню хлеб, военный, горький.  
Он весь почти из лебеды.  
В нем в каждой корке, в каждой крошке  
Был горький вкус людской беды.  
И горе было частым гостем  
Им были детства дни полны  
Особо помним мы, что счастьем  
Был равен горький хлеб войны.

Наше поколение живет в мирное время. Мы не знаем что такое война, что такое голод. Но рядом с нами живут люди, которые испытали все ужасы Великой Отечественной войны. Настоящую цену хлеба знают наши бабушки и дедушки. Эти люди помнят, что в блокадном Ленинграде от голода погибло почти в 40 раз больше людей, чем от бомб и снарядов. Хлеб во время войны был не только главным продуктом питания, но и мерилем жизни. В блокадном Ленинграде между хлебом и жизнью стоял знак равенства.

В Интернете я прочитал воспоминания людей переживших войну.

Ленинградка Медведева Александра Михайловна (в годы войны Аля Леонова) вспоминала:

«На второй день войны мне исполнилось одиннадцать лет, я закончила третий класс. Сестре моей было четыре года. Когда в 1941 году, в ноябре, снизили норму хлеба до 125 граммов детям и 250 граммов — рабочим, мама стала его выкупать сама. В магазин ходила вечером, после работы.

В квартире у нас стояла старинная этажерочка со шкафчиком. Дверцы шкафчика — резные, с ключиком.

В этом шкафчике и хранился под замочком наш хлеб...

Утром мама перед уходом на работу доставала хлеб, делила его на три части, потом каждую часть еще на три. Оставляла нам на завтрак и на обед, остальную часть — на ужин — закрывала в шкафчик, а ключик брала с собой. ...С тех

пор прошло много лет, но до сих пор помню жгучее чувство голода. Страх остаться голодной жил во мне долго. И я не понимаю, как порою у нас забывают о том, что такое голод, что такое кусочек хлеба. [7.3.]<sup>5</sup>

## **2.2. Как хлеб приходит к нам на стол?**

А как хлеб появился на нашем столе? Ведь это только в сказках булки и пряники растут на дереве, а на самом деле путь от зернышка до хлеба очень длинный.

Я живу в селе и знаю, что многие мои односельчане трудятся от зари до темна, чтобы в наши дома пришёл хлеб. Путь этот очень трудный и долгий. О нём мне рассказали мои родители.

Хлеб бывает пшеничный, ржаной и пшенично-ржаной. Его получают из пшеницы и ржи. И рожь и пшеница бывают яровые и озимые. Яровые сорта высевают весной, а осенью собирают урожай, а озимые - высевают осенью, а собирают чуть раньше яровых. Озимые сорта дают более высокий урожай.

Чтобы вырастить озимую пшеницу или рожь, в августе-сентябре в поле выходят тракторы. Они тянут за собой плуги, которые пашут землю.

Делается это для того, чтобы взрыхлить землю, освободить ее от сорняков.

Еще землю боронят, чтобы не было комочков.

---

<sup>5</sup> <http://vo.od.ua/rubrics/raznoe/14025.php>

Затем на поле выходит трактор с сеялкой, а за сеялкой тянутся по земле бороны. В ящики сеялки колхозники насыпают семена. Семена для посадки выбирают самого высокого качества. Чем качественнее зерно, тем выше урожай. Семена по трубам-сошникам попадают в землю, а бороны присыпают их землей. Пройдет немного времени и над землей появятся маленькие зеленые всходы будущего хлеба.

Вскоре наступит зима, и хлебное поле накроет пушистым снегом. Всходы не боятся снега, они прозимуют зиму под теплым одеялом, а весной будут расти дальше. Ранней весной по мерзлой почве на поля вертолетом распылят минеральные удобрения, чтобы лучше родило поле. Растает снег, напоит почву влагой, и потянутся молодые всходы к солнышку. На каждом стебельке появится колосок наполненный зернами. Ну, вот и созрел урожай. Начинается жатва. Выходят на поля комбайны. Комбайны - это такие машины, которые косят растение, молотят зерно, а еще и солому укладывают в копны. Зерно, намолоченное комбайнами, грузовые машины везут на механический ток. Там зерно очищают, сушат и сортируют. После этого зерно везут на элеватор. Элеватор - это место для хранения зерна. По транспортерной ленте зерно отправляется на мельницу. Там его перерабатывают в муку. С элеватора мука отправляется на хлебозаводы и пекарни, где из нее выпекают различные хлебобулочные изделия. Ну а дальше вся выпечка попадает на полки наших магазинов.

Вот какой долгий и трудный путь проделывает хлебушек до нашего стола. В каждую булку хлеба вложен труд людей 120 профессий. Каждый из нас должен об этом помнить! [2]<sup>6</sup>

### **2.3. Ключевский каравай.**

Благоприятные природно-климатические условия Кулундинских степей рождают зерно превосходного качества, которое не зря зовется «золотым»! Нет лучшего лакомства, чем хлеб, испечённый в ОАО «Ключевской

---

<sup>6</sup> Владимирова А. Земля на зёрнышке стоит. М. Детская литература 1984

элеватор» - пышный, белоснежный под золотистой запеченной корочкой, ароматный. Одних только наименований переваливает за сотню. Здесь и хлеб «Ароматный», и калач «Уральский», и булка «Славянская», и батон «Подмосковный», и паляница «Украинская», и хала плетеная, разнообразные кексы, рулеты и пряники. Но не только своим разнообразием продукция предприятия завоевала авторитет на хлебном рынке, а в большей степени своим качеством. Это достопримечательность нашего района.

А в моём родном селе рядом с моим домом тоже есть хлебопекарня. В ней работали мои папа и бабушка, а сейчас в ней работают родители моей одноклассницы Смирновой Нины. Совсем недавно о них писала районная газета «Степной маяк»:

«Не в каждом селе района жители могут похвастаться тем, что имеют возможность приобрести горячий, только что испеченный хлеб, а вот северчанам в этом отношении повезло. Причем, повезло дважды. «Возьмешь булку, а она живым хлебом пахнет и очень вкусная. Это заслуга пекаря, это мастерство его рук», – считает Людмила Титова, постоянный покупатель магазина, работающего при хлебопекарне крестьянского хозяйства А.Н. Швагера. Нравится хлеб и особенно сдобные булочки маленькой Веронике Статниковой, которая предпочитает есть их с молоком. В маленьком магазине всегда тесно, хлеб, испеченный пекарем Виктором Вадимовичем Смирновым, не залеживается на прилавке. А продает хлеб супруга пекаря – Наталья Николаевна Смирнова, – ну, чем не семейный подряд. Ее улыбка и добрые слова делают хлеб еще вкуснее».[6]<sup>7</sup>

Экскурсия на хлебопекарню.

Узнав много полезного и интересного о хлебе, я попросил свою бабушку рассказать о процессе хлебопечения в нашей пекарне. Она мне рассказала технологию приготовления хлеба, а через несколько дней учитель

---

<sup>7</sup> Газета «Степной маяк». Когда хлеб пахнет хлебом. 2011 №88

организовал экскурсию на пекарню для ребят нашего класса. В гости нас уже ждали, поэтому весь процесс хлебопечения мы увидели своими глазами.

Хлеб здесь готовят опарным способом. Опару (жидкое тесто) ставят с вечера. Для этого в воду добавляют ржаную муку и дрожжи. Опара киснет до утра, а утром добавляют пшеничную муку, соль и замешивают тесто.

Полученное тесто раскладывают в формы. В каждую форму кладут ровно 800 грамм теста. Для этого пользуются весами. После того как хлеб разложили в формы ждут, когда он поднимется. В это время нужно прогреть электрическую печку. А вот и хлебушко поднялся. Пора отправлять в печь. Первая порция хлеба готова.

#### **2.4. Чем полезен хлеб?**

Обычный хлеб содержит в себе практически все питательные вещества, необходимые человеку. Хлеб содержит витамины В1, В2, В3, В6, В9 и витамин РР. Из минеральных веществ – фосфор, магний, железо, цинк и др. Чем больше в хлебе отрубей, тем больше в нем полезных веществ. И что еще важно, хлеб обладает одним редким свойством – он никогда не приедается, никогда не может надоесть людям. Хлеб – практически единственный продукт, который не теряет своей привлекательности, сохраняет способность оставаться полезным, даже если он не используется в пищу сразу. Если хлеб зачерствеет, он все равно пригоден для употребления.

Сегодня хлебом мы почти наполовину удовлетворяем потребность нашего организма в углеводах, на треть – в белках, более чем на половину – в витаминах группы В, солях фосфора и железа. Хлеб на 30% покрывает нашу потребность в калориях. [1]<sup>8</sup>

100 лет назад человек в среднем потреблял 1 кг хлеба в сутки, сегодня мы потребляем только 200–400 г, и в будущем эта цифра будет снижаться, т. к. расширится ассортимент потребляемых продуктов.

---

<sup>8</sup> Хлеб всему голова. /Воспитание школьников/ №9, 2004

Каким же хлебом питаться и какое количество его считается нормой? Нормы для взрослого человека, не занятого физическим трудом, – примерно 300–350 г хлеба в день, однако это количество может меняться в зависимости от возраста, вида деятельности человека, массы тела, индивидуальных особенностей организма, количества и состава других продуктов, входящих в рацион питания. Для людей, занимающихся спортом, физическим трудом и другими нагрузками, норма потребления хлеба выше. [5]<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Ивин. М. Хлеб сегодня, хлеб завтра. М. Детская литература 1980

### **3. Мои исследования.**

Зная отношение людей к хлебу в трудное время их жизни, я задумался, а почему в настоящее время многие перестали ценить хлеб? И так ли это?

Чтобы ответить на поставленные вопросы, я с помощью учителя провел исследование на основе составленной анкеты (см. Приложение 1) и блиц-опрос среди своих одноклассников.

В опросе приняли участие 25 учащихся 3 класса вместе со своими семьями.

Как показывают результаты проведенного исследования на основе составленной анкеты:

1. Все учащиеся нашего класса любят хлеб.
2. Употребляют его несколько раз в день.
3. Белый хлеб является наиболее любимым у ребят.
4. Дети считают хлеб полезным продуктом.
5. Часть опрошенных ребят признались в том, что они не доедают кусочки хлеба.
6. На вопрос о том, кто, по их мнению, участвует в процессе изготовления хлеба, большинство ребят ответили, что это повара и пекари и только 3 учащихся назвали всех участников этого процесса.

Меня очень удивило, что дети, живущие в селе, не знают о том, как хлеб попадает на наши столы. И я решил рассказать об этом своим одноклассникам.

Диаграмма №1.



Выясняя отношение к черствому хлебу, мы провели блиц-опрос:

- Что вы делаете с черствым хлебом?

Диаграмма № 2.



Можно сделать вывод, что большинство семей бережно относятся к хлебу, готовят из черствого хлеба различные блюда: запеканки, сухарики, котлеты, гренки и т.д. (см. Приложение 2).

Проводим эксперимент в столовой.

Во время школьных завтраков я проводил эксперимент в столовой. Было подсчитано, что учениками начальных классов было не съедено 206 граммов хлеба, а учениками старших классов 824 грамма – целая булка!

Я посчитал, если каждый день будем выбрасывать такое количество несъеденных кусочков, то за месяц в школьной столовой выбросят 25 буханок хлеба!

Молодое поколение относится к хлебу как к чему-то привычному, что является показателем безнравственности моих сверстников.

#### 4. Заключение.

Перед этой пашнею шапку скинь, сынок,  
Видишь, пробивается хлебный стебелек.  
Сколько в это зёрнышко вложено труда,  
Знает только солнышко, ветер да вода! ...

Проведенное исследование открыло для меня много нового. Изучив историю возникновения и способы приготовления хлеба, я узнал, как долог и труден путь хлеба к нашему столу. В ходе работы я выяснил, что хлеб очень полезен, в нем находятся практически все питательные вещества необходимые человеку. Я теперь знаю, что благодаря хлебу смогли выжить многие люди в годы Великой Отечественной войны. Проведенное анкетирование доказало, что хлеб был и остается одним из главных продуктов питания человека. Мне кажется, данная работа очень важна для учащихся, родителей и учителей.

Таким образом, я сумел достичь цели своего исследования и смог узнать много нового о значении хлеба в жизни человека. Данная работа помогла мне понять всю ценность хлеба. А цена хлеба – жизнь. Теперь я буду еще больше дорожить хлебом и буду учить этому своих друзей (Приложение 3).

## Литература

1. Хлеб всему голова. /Воспитание школьников/ №9, 2004
2. Владимиров А. Земля на зёрнышке стоит. М. Детская литература 1984
3. Митяев А. Ржаной хлебушко, калачу дедушка. М. Детская литература 1990
4. Детская энциклопедия. Всё обо всём. М. Слово. 1993
5. Ивин. М. Хлеб сегодня, хлеб завтра. М. Детская литература 1980
6. Газета «Степной маяк». Когда хлеб пахнет хлебом. 2011 №88
7. Электронный ресурс:
  - 7.1. <http://www.antiqueonline.ru/hleb.html>
  - 7.2. <http://www.prohleb.ru/index.php?page=17>
  - 7.3. <http://vo.od.ua/rubrics/raznoe/14025.php>

Анкета

1. Любите ли вы хлеб?
  - а) Да.
  - б) Нет.
2. Сколько раз вы его употребляете в день?
  - а) Один раз.
  - б) Несколько раз.
3. Какой хлеб предпочитаете белый или черный?
  - а) Белый.
  - б) Черный.
4. Хлеб – полезный продукт?
  - а) Да.
  - б) Нет.
  - в) Не знаю.
5. Доедаете ли вы кусочек хлеба?
  - а) Да.
  - б) Нет.
6. Кто участвует в процессе изготовления хлеба?

Благодарим за участие!

## Рецепты блюд из черствого хлеба

### Омлет из яиц и черствого хлеба

Пшеничный хлеб (2 куска) - 2 шт., яйцо - 2 шт., молоко - 1 стакан, морковь - 1 шт., лук репчатый - 1 шт., соль.

Черствый пшеничный хлеб нарезать мелкими кубиками, морковь натереть на крупной терке, лук измельчить. Яйцо взбить с молоком, вылить в подготовленную смесь, посолить и довести до кипения. Подавать омлет к столу можно как в горячем, так и в холодном виде.

### Гренки с сыром и яблоками

200 г пшеничного хлеба, 50 г любого сыра, 2 кисло-сладких яблока, 50 г сливочного масла или маргарина, очищенные грецкие орехи, измельченные фисташки или фундук по вкусу.

Хлеб нарезать небольшими ломтиками, намазать маслом или маргарином. Положить на каждый кусочек хлеба по 1 - 2 ломтика очищенных от кожицы и семян яблок, а сверху - полоски сыра. Положить подготовленные гренки на противень, поставить в разогретую духовку и запекать до тех пор, пока сыр не начнет плавиться. Готовые гренки сразу же посыпать толчеными орехами.

### Сладкие сухари

200 г черствого пшеничного хлеба, яйцо - 1 шт., молоко - 150 г, сливочное масло или маргарин - 40 г, сахарный песок - 40 г.

Хлеб нарезать ломтиками толщиной 0,5 см, пропитать смесью из яиц и молока и обжарить на сливочном масле или маргарине с обеих сторон. Затем сухари посыпать сахарным песком. Подать к чаю или кофе.

### Кисель из ржаного хлеба

На 300 г ржаного хлеба — 1 л воды, 1/2 стакана сахарного песка, 2 ст. ложки крахмала, 3 ст. ложки сиропа из любого варенья, 1 ч. ложка разведенной лимонной кислоты.

Ломтики ржаного хлеба залить кипятком. Затем протереть хлебную массу через сито, довести до кипения, добавить сахар, лимонную кислоту и сироп из варенья. После непродолжительного кипения влить тоненькой струйкой крахмал, разведенный в 1/2 стакана теплой воды. Когда кисель достаточно загустеет, охладить и подать к столу.

### Галушки

Черствый пшеничный хлеб - 200 г, яйцо - 2 шт., сахар - 40 г, сливочное масло - 40 г, молоко - 150 г, соль по вкусу.

Хлеб натереть на терке, добавить яйца, сахар, молоко, масло и соль.

Полученное тесто поставить в холодильник на полчаса. Разделить тесто на небольшие шарики и сварить в кипящей соленой воде. К галушкам подать масло или сметану.

### Оладьи из черствого хлеба

Черствый пшеничный хлеб - 400 г, молоко - 50 г, дрожжи - 20 г, яйцо - 2 шт., масло растительное - 30 г, сахарный песок - 60 г, сметана или варенье - 100 г, соль по вкусу.

Куски черствого хлеба измельчить миксером и залить горячим молоком. В полученную массу добавить дрожжи, сахар, соль, хорошо перемешать и поставить на 2 часа в теплое место для брожения. По желанию в тесто можно добавить мелко нарезанные очищенные яблоки или изюм. Оладьи жарить на сковороде с обеих сторон до получения золотистой корочки. Затем их полить маслом и посыпать сахарным песком. Подать со сметаной, холодным кипяченым молоком, сливками, вареньем

## Советы по правильному хранению хлеба.

Хлеб долго не черствеет, если его хранить в закрытой крышкой стеклянной, фарфоровой или эмалированной посуде, а также в специальных хлебницах, лучше деревянных. Чтобы хлеб не плесневел, в хлебницу нужно положить очищенную картофелину, нарезанное яблоко или немного соли. Хлеб лучше сохранится, если через каждые 7—10 дней хлебницу протирать слабым раствором уксуса. И еще одно важное условие: пшеничный хлеб нужно хранить отдельно от ржаного, — при совместном их хранении ускоряется черствение хлеба, ухудшаются его вкусовые качества.

Черствый хлеб и булочные изделия даже двухнедельного хранения можно сделать свежими, если завернуть их во влажную салфетку на 5 мин, а затем развернуть и поместить на 20 мин в жарочный шкаф, нагретый до температуры 150°C.

Часто используется и такой способ освежения хлеба. В кастрюлю наливают немного воды, ломтики хлеба укладывают в металлический дуршлаг, ставят его на кастрюлю и накрывают крышкой. Через 5 мин после закипания воды хлеб снова мягкий и ароматный.

Однако нельзя забывать, что освеженный хлеб быстро (уже через 2—3 ч) черствеет, поэтому освежение его следует проводить непосредственно перед употреблением.

Черствый хлеб можно также нарезать на мелкие кусочки и высушить в жарочном шкафу. Полученные сухарики целесообразно заготовить впрок и подавать к бульонам, супам, к чаю.

Кроме того, хлеб является прекрасным продуктом, из которого можно приготовить самые разнообразные блюда, отличающиеся высокими вкусовыми качествами.