

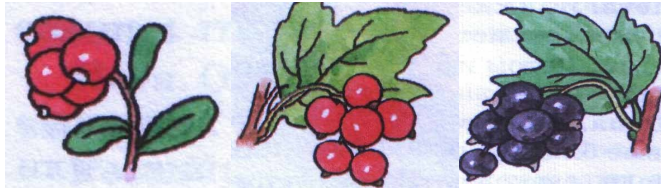
Это интересно

На Руси до чая пили разные напитки: капустный и огуречный рассолы, морс, квас, кисель. Первыми чай в России узнали в Сибири. И вскоре чай стал национальным напитком русских. Именно на Руси изобрели прибор для приготовления чая—самовар.

Родиной чая является Китай. В Китае чай пьют уже 5000 лет. Китайцы тщательно скрывали секрет чая, а когда продавали чайные семена, то обливали их кипятком, чтобы они не проросли. За чай Россия расплачивалась с Китаем мехами и золотом. А называли на Руси чай «китайской травкой».

Разные народы по-разному готовят чай. Индусы любят чай с молоком и пряностями, гвоздикой, корицей, имбирем. Тибетцы крепко заваренный чай кипятят с молоком яка, заправляют маслом и солью. Монголы заваривают его на костном бульоне с рисом, мясом, пельменями, топленым жиром, луком, солью и пряностями. Калмыки варят прессованный чай в котле вместе с молоком и жиром, солят и едят ложками.

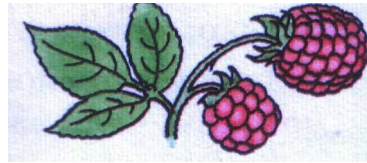
Из этих ягод получают очень вкусные и полезные напитки.



Брусника

Красная смородина

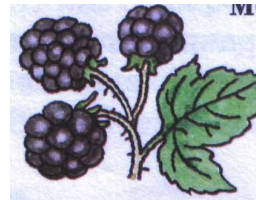
Черная смородина



Малина



Клюква



Ежевика



**Если хочется
пить...**

- Кто пьет молоко,
- Тот будет прыгать высоко.

Что мы пьем?



Вода—важнейшая составная часть человеческого организма. Она составляет до 70% массы тела человека и обеспечивает протекание важнейших процессов жизнедеятельности. Без воды человек может прожить не более 2-3 дней.

Наше внимание привлекает большое разнообразие всевозможных газированных напитков, но на нашем столе они присутствуют только изредка. Почему?

Мы узнали, что в день нам необходимо около 2 литров жидкости. Жидкостью являются не только напитки, но и другие блюда.

Почему газировку мы пьем редко?

Газированные напитки содержат большое количество сахара. Углекислота, содержащаяся в них, способствует выведению из организма кальция, необходимого для роста и зубов. Они содержат много консервантов, красящих веществ, ароматизаторов, различных подсластителей, что не приносит пользы нашему организму.

Полезные напитки.

О полезных напитках можно сказать не только то, что нам их часто готовят и покупают родители, но и то, что люди написали о них стихи, поговорки, пословицы. Поэтому мы решили рассказать вам о них с помощью этих загадок, поговорок и т.п. Интересно? Тогда отгадывайте!

*Прозрачная, питьевая
Ключевая и речная
Ни запаха, ни цвета,
Что за жидкость эта?*

*Когда росой лежит—блестит
Когда весной бежит—бурлит,
То в пар уйдет, то в снег,
То в лед, то ливнем с неба упадет.*

Дяденька смеётся, на нем шубонька трясётся.

*Фрукты, ягоды сварились,
Вкусно елись, сладко пились.*

*Он морковный и томатный,
И на вкус и цвет приятный.
Чтоб здоровым стать ты смог
Пей скорей полезный...*

*Оно течет, но не вода.
Оно, как снег, бело всегда.
На вкус узнать его легко,
Ведь это в крынке...*

Ответы: вода, вода, кисель, компот, сок, молоко.

Поговорки:

Если морс не пьешь, где силы берешь?
Выпей кисельку—позабудешь тоску.

Что нужно для чаепития?

*Был листок зеленым -
Черным стал, томленным,
Был листочек трубочатым.
Был он на лозине,
Стал он в магазине.*



*Бел как снег,
В чести у всех,
В рот попал,
Там и пропал.*

*Как начнет говорить-разговаривать,
Надо чай поскорее заваривать.*

*Четыре ноги, два уха,
Один нос и брюхо.*

Ответы: чай, сахар, чайник, самовар.