

Наталья Белова



Натали Вуали

# Мороженое от Натали Вуали



# Натали (Наталья) Вуали (Белова) Мороженое от Натали Вуали

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=35001278](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=35001278)*

*ISBN 9785449304551*

## **Аннотация**

Вкусных знаний не жалеи, Пробуй сам, зови друзей. По блюдечкам счастье разложено. Отведайте это мороженое. Натали Вуали (Наталья Белова) – автор популярной книги «Секрет женского здоровья, или Мышцы любви». Это был успешный старт. Новые книги автора – это лекарство для ума. А под вуалью Вуали – остроумные вариации и хороший вкус!

# Содержание

Вступление	7
Фигура и десерт, или Еще раз про сладкую любовь	11
История с хрустом французской вафельки и... улыбкой	14
Mon plaisir	22
Про кино и эскимо	26
Эскимо и эскимосы	29
Погреб-ледник. Что мы о нем знаем?	38
Вода? О, да! Ода воде	46
Вода, ее девичья фамилия и краткая	49
Вода и наши килограммы	52
Конец ознакомительного фрагмента.	53

# Мороженое от Натали Вуали

**Натали (Наталья)  
Вуали (Белова)**

*В розетки счастье разложено  
Попробуйте, это мороженое!*

© Натали (Наталья) Вуали (Белова), 2018

ISBN 978-5-4493-0455-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Прочитав эту книгу, вы узнаете:

- Что новенького на блюде истории и всё ли, замороженное для нас, растаяло?
- Как возникла эстафета и зачем она понадобилась?
- Две Агриппины, прославившие Россию. Кто они?
- Гусары, дамы и цыгане. Едем в «Яр»!
- Маля и Груша. На сцене и в жизни
- Секреты китайского императора Тангу
- Законы какой страны запрещают на улице лизать мороженое
  - Кто такие баядеры и что общего у них с балетом «Баядерка»
  - Марко Поло и тайна мороженого
  - История на десерт или история десерта. Le menu

- Эскимо и эскимосы. Что мы знаем про иглу?
- Яйцо или заморский фрукт?
- Ложь и правда глобального потепления. Льды Гималаев и мороженое

• Балетоман Николай III. Пора познакомиться... и закадрить на кадрили

• «Чудо, сияющее пламенем»! Торт из мороженого на балу Екатерины II

• Кто они, братья Абрикосовы? Мармеладное адажио на все времена и вкусы

• Итальянец Потапио. Что он придумал и за что мы ему благодарны

• Знаменитые люди – любители мороженого. Станцуем?

• Вода. Ее девичья фамилия и краткая биография

• Балет, война и бриллианты. Удивительные факты

• «Святой черт» и Маленький капрал. Кшесинская и Распутин

Мы отведаем любимый десерт Пушкина, а затем я приглашу вас в Монплеизир на мармеладную поляну, в центре которой красуется настоящее чудо: роскошный замок из мороженого!

Вкусных знаний не жалея  
Пробуй сам, зови друзей  
По блюдечкам разложено...  
Для вас моё мороженое!

# Вступление

А снег идет... Когда ранним утром ты просыпаешься, подходишь к окну и глазам своим не веришь, тебя охватывает странное чувство восторга и смятения. Всё вокруг стало другим: чистым, ослепительным, волшебным. Как будто наша круглая планета, сбросив долой свои старые наряды, не без гордости спросила: «Ну, как вам? Нравится? Я всё могу, а ты, человек, так можешь?» Изгибы веток и стволов деревьев, одевшись в этот торжественный наряд, поменяли свои прежние очертания и стали неузнаваемы... «Нет, такого дерева, у нас не росло», – удивлялась я. Дыхание замирало, а в душе рождалось ожидание чуда и возможность переосмыслить прожитое. Стекло на моем окне превратилось в замысловатый витраж, и мне казалось, что на нем серебряной мозаикой был написан мой танцующий силуэт. Вот он, отчетливо виден этот полет, это *jete*... Ну как можно этого не замечать?!

«Под голубыми небесами великолепными коврами...» – это Пушкин. Он сейчас очень кстати. И «Метель» Свиридова... Ну какая зима без этой божественной музыки, разве она имеет право быть?! Снежинки, кружась и красуясь, бесцеремонно садились на головы прохожих, а заснеженные бугорки машин напоминали белоснежную пастилу, аккуратно разложенную в коробки. Зима, как всегда, пришла неожиданно.

данно. И я вдруг вспомнила, что в холодильнике у меня лежит фисташковое мороженое: вкус зимы и цвет лета. Снегопад усилился. Снег повалил с такой силой, что, казалось, еще чуть-чуть, и на землю упадет небо. «На всех садится, никого не боится», – вспомнила я детскую загадку. Да, действительно: ничего и никого природа не боится. А зимушке-зиме легко быть смелой, если рядом такие друзья: «Друг и подруга – мороз да вьюга». Всё вокруг настолько преобразилось, что мне тоже захотелось чего-то нового и необычного: волшебной сказки с нотками блаженства и философии. Усмехнувшись, вспомнила Чехова. Антон Павлович тоже хотел однажды: «Не то буженины с хреном, не то новую конституцию». Мне стало весело, и я наконец отчетливо поняла, чего я хочу. Я хочу мороженого!

Хорошее настроение набирало обороты, а остроты сыпались как из рога изобилия. «В зимний холод всякий молод». Истинная правда. В этом-то всё и дело! Я забегала по квартире, затанцевала... Из песчинки и гора вырастет. Будет вам мороженое! «Сахарно морожено на блюдечко положено», да ещё с голубой каемочкой... Всё брошу, сяду и напишу! Но сначала загляну в холодильник. Где оно там, мое фисташковое?.. Я облизнулась, а из памяти выплыл кадр из кинофильма. Парень, сидящий в кафе, спрашивает свою девушку: «Чего же ты хочешь?» «Мороженое и твою фамилию». Вот она, потаенная мечта девушек всей планеты. Уверяю вас: мороженым он вас обязательно накормит, а вот

с фамилией спешить не будет. Впрочем, я могу и ошибаться. Я же не знаю, что он за человек. Мороженое на брудершафт я с ним не облизывала, а жизненный опыт – понятие относительное. Напомню только наивным и доверчивым: любовь, как и мороженое, способна таять. Она может быть красивой, вкусной, но, как ни странно иногда быстро заканчивается. Но, увы, влюбленные в советах не нуждаются, подсказывает мне всё тот же пресловутый жизненный опыт. И я с ним соглашаюсь.

Внезапно наступившая зима подхлестывала мое пушистое воображение, а утренний кофе с фисташковым мороженым приподнимал душу к полету. Бурлящие чувства каких-то неведомых перемен превращали меня в философа. Если с фамилией не всё получается, грустить не стоит. Губы, замерзшие от мороженого, всё равно рано или поздно согреет горячий поцелуй. Один японский ученый назвал снег письмами с небес. Эти письма полны загадок и до конца не прочитаны. Но, мои дорогие читатели, не беспокойтесь: в снежный шар унылых знаний закатывать я вас не буду. Мы будем говорить о самом вкусном и интересном. Где там моё блюдечко с голубой каемочкой?..

Вот оно, мороженое, угощайтесь!

Свежий натуральный, экологически чистый продукт! Не содержит вредных примесей и добавок.

*Мороженое от Натали Вуали – и никакого вреда для фи-*

*гүрү!*

# Фигура и десерт, или Еще раз про сладкую любовь Часть первая



Любая фигура, женская в особенности, обожает десерт. А он, как и всякий мужчина, не задумывается о последствиях. Ведь он десерт, и ему всё позволено. Пора положить этому конец, снять маску лжи и лицемерия и показать его истинное лицо. В народе говорят, не всё золото, что блестит, а я добавлю: «Не всё десерт, что подают к чаю». Более того, всё то, что подают к чаю, совсем не десерт. Я имею в ви-

ду калачи, булки, пряники, калорийные торты и пирожные. «Смысл десерта, – напоминает нам В. В. Похлебкин в своём кулинарном словаре (2002), – не добавить сытости, а наоборот, снять ощущение послеобеденной тяжести». Десерт – это легкие, освежающие и бодрящие блюда, а не любимые нами пирожки, кексы и шарлотки, вгоняющие в послеобеденный сон. Десерт, прежде всего, это фрукты, ягоды и мороженое. А из горячих напитков – чай или кофе. И пускай этот гламурный красавец по имени десерт не посягает больше на нашу фигуру. Он совсем не тот, за кого себя выдает!

Само слово «десерт» происходит от старофранцузского *desservir*, что означает «убирать со стола». В широком понятии это всё то, что подается после основного блюда. Есть ещё одно французское слово «десерт» – *desserrer* («делать раскованным, легким»). Так что в момент пышного застолья, если ваша фигура русского языка не понимает, скажите ей это по-французски. Но не факт, что она вас услышит. Лучше напишите записку. Моей подруге, любительнице мучного, муж на пироге оставил записку: «Не ешь меня». Не помогло. Она опустошила тарелку и написала: «Пироги не будут мной командовать!» Пирожки, особенно слоеные, и моя слабость... Одним словом, горячая тема! Но вернемся к истории.

На Руси десерт долгое время называли заедками. Но вот беда: в XVIII веке появилось такое понятие, как закуски. Закуски с заедками вошли в стадию непримиримых отношений и внесли в обиход полную неразбериху. Как резуль-

тат, слово «заедки» окончательно исчезает из кулинарной терминологии, уступая место модному французскому слову «десерт». Мода на всё французское заставила даже педантичных немцев заменить любимое слово *nachtisch* («послестолье») на всепобеждающий «десерт». Академик Павлов утверждал, что трапеза, начатая с удовольствием, должна и заканчиваться с удовольствием. А это значит, что самый настоящий, самый бодрящий десерт уже перед вами! Это мороженое!

# История с хрустом французской вафельки и... улыбкой

Творчество не любит пускать в свою душу лень, но она с этим никак не может смириться и прячется по углам моей квартиры, вылезая в самый неподходящий момент. Нет, дорогуша, не соблазняй меня. Сегодня точно у тебя ничего не получится, потому что я люблю мороженое, и наша любовь взаимна. И не пытайся ревновать и строить козни: третий лишний. А пока есть порох в пороховницах, а ягоды в ягодицах не помеха, я начну писать! Порох своей взрывной волной окончательно прогонит лень из моего дома, а легкий волнующий *fleur* настроит на творчество. А насчет ягод в ягодицах не сомневайтесь: это моя тема. У русских женщин они всегда на своем месте и всегда в самом соку. Еще в Париже на репетиции мне из-за них здорово доставалось: «Бу-аля, Натали, сократи, как это по-русски, свои... ягоды». Легко сказать, сократи, как в том анекдоте: «Прекрати, убери». Убрал, но не прекратил. Ягодичные мышцы – наш бренд, можно сказать наше национальное достояние. И если вы, французы, этого не понимаете, значит завидуете. Я, как могла, успокаивала себя, но нападки продолжались. И однажды я не выдержала. Я рассказала им анекдот про мужа, который, уходя на работу, нежно шлепнул жену по ягодицам.

Они задрожали. Пришел с работы, а они всё еще дрожат... И не потому что такие большие, а потому что в нашей стране самый короткий рабочий день! Когда мой темпераментный монолог перевели на французский, весь зал катался со смеху. «Так-то лучше», – подумала я, вспомнив про Бородино. Есть мороженое с таким названием. Угощу, не поленюсь. А то забывать стали...

Если говорить о французском мороженом, то оно не такое вкусное, как наше, и стоит недешево. Французы почему-то убеждены, что мороженое придумали они, но это не так. С этим вопросом никто до сих пор до конца не может разобраться. Еще в 1295 году Марко Поло привез в Европу рецепт неизвестного десерта, при изготовлении которого использовали не только лед, но и селитру. Мороженое стала набирать популярность, и без него уже не обходился ни один торжественный обед. Каждый повар имел свой секретный рецепт этого лакомства. Иметь своего мороженщика для аристократии было так же важно, как сегодня держать в богатом доме садовника. Мороженое для знати нередко становилась причиной интриг, зависти и раздора. Переманить знатного кондитера у соперницы стало важнее, чем отбить любовника! Но в один прекрасный момент ситуация приобрела новый оборот. Екатерина Медичи привезла во Францию своего повара, искусного мороженщика. Советники короля Франции потребовали выдачи рецепта. Пришлось подчиниться. Рецепт стал государственным достоянием и тай-

ной, за разглашение которой наказывали строже, чем за расхищение государственной казны. Высший свет французского двора поедал мороженое в несметном количестве. Даже сам «король-солнце» Людовик XIV обожал это лакомство. В угоду королевским фантазиям изобретали и придумывали всё новые и новые сорта. В 1649 году французский кулинар Жерар Тирсен придумал ванильное мороженое, и ледяной десерт обрел новую волну популярности.

На этой вершине итальянец Прокопио де Колтелли открыл первое кафе-мороженое в Париже. По данным историков кулинарного дела, в этом кафе в 1782 году посетителям предлагалось на выбор более восьмидесяти сортов мороженого. Любовь к мороженому не ослабевает, и кафе Прокопа успешно работает и сегодня. Конкуренты ловкого и предприимчивого итальянца не дремали, и спустя годы количество кафе и ресторанчиков с любимым десертом неумолимо росло. В 1843 году американка Нэнси Джонс изобрела ручную мешалку для приготовления мороженого. Работала мешалка по принципу ручного миксера. Домохозяйка Нэнси так увлеклась своим детищем, что не сообразила его запатентовать, и через два года подобный механизм запатентовал некий господин Янг. В 1902 году был изобретен промышленный охладитель мороженого, и началась эпоха его массового производства.

В XIX веке в обиход входит картонный стаканчик, а вот изобретение вафельного рожка в 1903 году приписывают

итальянцу Моркьони, который в том же году его и запатентовал. Патент, конечно, хорошо, но слава гораздо лучше! Слава к вафельным рожкам пришла мгновенно и решительно. Всё случилось в 1904 году на Всемирной ярмарке в Сент-Луисе. Владелец киоска Э. Хамви, сириец по происхождению, продавал мороженое и, когда у него закончились блюда, стал крутить рожки из вафель. От нового лакомства публика была в восторге. Через несколько лет расторопный сириец создал компанию по производству вафельных рожков. Промышленное производство рожков стало на поток. Фантазия производителей на этом не останавливалась. В 1920 году было запатентовано мороженое в виде брикетов и эскимо. Следует отметить, что эскимо тогда было без палочки. Палочку запатентовал Христиан Нельсон лишь в 1922 году. Удивительно, сколько же лет понадобилось уму человеческому, чтобы додуматься до такого простого решения!

Всё гениальное просто. Я вспоминаю историю зубной пасты известной мировой марки. У производителей резко снизились продажи. Совет акционеров призвал на помощь ведущих менеджеров, и всё безуспешно. Проходивший мимо рабочий на ходу бросил гениальную подсказку: «Сделайте в тюбике побольше дырку». И дело пошло! Утром, открывая тюбик с пастой, я с улыбкой думаю: «Как легко обмануть народ». История всемирного обмана – это песня. Не зря один умный человек, Фрэнк Заппа, философски заметил: «Во Вселенной есть два самых распространенных элемента:

водород и глупость». В продолжение нашей темы я бы добавила: третий самый распространенный и самый вкусный элемент во Вселенной – это мороженое!



*Кто, когда его придумал, спорят по сей день.  
Разбираться в этом деле мне, признаться, лень.  
В странах, где зимой морозы, дело было так:  
Ставил молоко на блюде всяк, кто не дурак.  
А куда? Что за вопрос?! Ну конечно, на мороз!  
Позже стали добавлять ягоды и фрукты,  
Сахар, соки, а потом прочие продукты.*

*В жарких странах всё не так: заморозка не пустяк...  
Где же людям лёд достать? И сосулек не видать.  
Это знает лишь она, с белой шапкою гора!  
Умный гору обойдет, любознательный найдёт  
У подножья снег и лед. Вот загадка, вот успех.  
Ягоды вмерзали в снег. Чтобы лакомство отведать,  
Надо очень быстро бегать! Лёд растает, и тогда  
Побежит из рук вода...  
Льдинка с ягодкой – конфета, так возникла  
эстафета.*

*Сладок ледяной узор, на восток бросаем взор.  
Жил в Китае император. Слышишь, стражи голоса?  
Для него кондитер делал просто чудо-чудеса!  
Знать секретов не могу императора Тангу,  
Личный повар тайну знал, он ночами над продуктом  
Как волшебник колдовал...  
Утром спать ложился рано, охраняла дом охрана.  
Мне известно лишь одно: брал он сливки, сок, вино,  
Замораживал проворно, добавляя апельсин  
и гранатовые зерна.*

*Стража! Тихо, не болтай. Покидаем мы Китай!*

*В жарких странах горный снег звал на подвиг и успех,  
Круглый год он там лежал, и султан своих верблюдов  
На добычу снаряжал.  
Для султана ерунда, жёны хвалят – это да!*

*А без холода беда, вместо лакомства – вода!  
К праздникам коней седлал, отправлялись рано...  
Счастлив был и сам султан, и гарем султана.*

*А теперь созрел вопрос, кто же нам секрет привёз?  
Итальянец Марко Поло. Был в истории такой  
Путешественник, писатель, приоткрывший  
мир иной.*

*Говорят, нашли записки, что писал своей рукой.  
Их в Италию с востока много лет он вёз домой.  
Но французы не зевали: проследили и отняли,  
И Людовика гонец вмиг доставил во дворец.  
На приеме короля пировали... О-ля-ля...  
Жаль, прошло то время, жаль. Удивлять  
умел Версаль!*

*И Париж не зря столица: потеряли гости лица,  
Парики с голов свалились, и усы зашевелились...  
Удивленье налицо! Ну зачем после десерта  
Подают гостям яйцо?! Что это такое белое, большое,  
Всмятку или крутое?  
Тут послы и обомлели, мимо стула чуть не сели.  
Не яйцо? Что за продукт? Может быть, заморский  
фрукт?  
Шептались настороженно. Это же мороженое!*

*И в России не тужили. Угощать у нас любили.  
На балу у Екатерины, государыне родной*

*Торт мороженный слепили в виде замка. Ой-ой-ой!  
Блюдо ромом поливали, музыканты замолкали,  
Слуги свечи задували и всё это поджигали!  
От восторга и красы у гостей текли носы,  
И, разинув рот, вельможи замирали: боже, боже...  
На весь крещеный мир восклицали: Монплезир!*

*Потом, впрочем, как и положено, открыли  
кафе-мороженое.*

*Открыл итальянец Потатио, для краткости  
просто Потап.*

*Годам тормозить не положено. Промчался  
столетий этап...*

*Кафе и сегодня работает. Оно и сегодня Потап.  
Стоит, впрочем, как и положено, в Париже, в столице  
чудес.  
А где оно расположено? Напротив театра Франсез!*

# Mon plaisir



Модное в те годы слово «Монплеzir» вошло в обиход с легкой руки Петра I и быстро стало популярным. В переводе с французского *mon plaisir* означает «мое удовольствие», и именно таким словом назвал царь свой голландский домик, свою холостяцкую резиденцию. Петр сам определил место строительства, сам нарисовал чертеж и контролировал всё до мелочей. Он любил его за близость к морю, и, по его замыслу, дворец должен был стать своеобразным рабочим кабинетом, который бы удивлял гостей самыми модными европейскими новинками. В его представлении парадные по-

мещения должны были соседствовать с жилыми комнатами и хозяйственно-бытовыми постройками. Это было идеальное жилище с водопроводом и канализацией, о которой в те годы никто и понятия не имел. По морю сразу во дворец должны были прибывать послы, купцы, шкиперы кораблей и заморские знаменитости.

Царь так любил и дорожил своим ненаглядным детищем, что издал для гостей, приглашенных в его резиденцию, ряд специальных указов. Некоторые из них невозможно читать без улыбки. Ну, например: «Нельзя на кровати в опочивальне спать в сапогах». Видимо, такие случаи имели место быть! Еще один пункт указа сообщал, что гости должны прибывать без слуг, вне зависимости от чина и достоинств. Петр не любил завистливых глаз и лакейских сплетен.

Петергоф не зря называют русским Версалем. И если душа Петергофа – это его фонтаны, то его сердце – это Монплеzir! Я очень люблю его атмосферу, красоту, изящество и волны Финского залива, волнующие его берега. Когда я смотрю на них, мне кажется, что в этой воде утонет вся моя печаль. Иначе быть не может, потому что на берегу стоит счастье! В солнечную погоду Монплеzir, кокетливый, игривый, как вишенка на торте, манит и привлекает. В дождливую и хмурую – строгий и величавый. Но всегда поражает своей легкостью и какой-то возвышенной прозрачной невесомостью. Эту прозрачность придает дворцу его галерея с шестнадцатью застекленными арками. Линия одно-

этажного строения, вытянутого вдоль берегов, лишь усиливает это впечатление. Из окон видны очертания Кронштадта и Санкт-Петербурга. Купол дворца, расположенный в центре постройки, словно царский шатер, нерушимо возвышается к небу. Это придает ему особое величие. Сад Монплеизир с его статуями и фонтанами по личным чертежам царя был разделен на четыре симметричные части. Прогулка по саду – поистине царское удовольствие! Строительство дворца началось в 1714 году, завершилось в 1723-м. Государь Петр Алексеевич привлек лучших архитекторов того времени, это были А. Шлютер, И. Браунштейн, Ж.-Б. Леблон и другие. Этим великим мастерам удалось отразить в своем творении всё то новое, что определяло культуру и быт петровской эпохи.

После смерти царя торжества и приемы гостей продолжила Екатерина I, а затем и Екатерина II. Об одной новинке, которая наповал сражала прибывших гостей, вы сейчас узнаете. Это стол. И не только в смысле кулинарного разнообразия. Стол поражал другим. Это была волшебная скатерть-самобранка, сердцевина которой опускалась и поднималась. Это был подъемный стол, а скатерть-самобранка исполняла все желания великих особ. Поднималась не только сердцевина стола с обновленными блюдами. Такой механизм был устроен под каждой тарелкой. Если на грифельной дощечке написать понравившееся блюдо, затем положить записку под тарелку и дернуть за шнурок, то заказ готов! И кушать по-

дано! Екатерина II любила удивлять. Демонстрация работы этого стола – и сегодня самый зрелищный элемент экскурсии. Жаль, полюбоваться этим зрелищем не всегда удается: стол работает строго по расписанию. Он имеет свой особенный характер. Ему вреден как длительный покой, так и частый подъем. Реставраторы постоянно следят за его работой и ведут свой волшебный журнал. Он называется «журнал состояния стола».

Парадные екатерининские приемы не обходились без мороженого. Каково же было удивление, когда волшебный стол поднимал чудо-замок из мороженого! «Монплеzir», – онемев от восторга, шептали гости. «Mon plaisir», – восклицаю и я, потому что этот дворец и мое удовольствие тоже! Его я ни на что не променяю, даже на Париж.

# Про кино и эскимо

Но в Париж мы с вами не поедем. По правде говоря, их мороженое меня не удивило. Удивило оформление, антураж, подача, разнообразие форм и ассортимент. Но не сам продукт. Я люблю эскимо. Но если вы думаете, что эскимо – это мороженое на палочке, вы ошибаетесь. Оно может быть даже на двух палочках! Но не будем опережать события и начнем всё по порядку. Отправимся в кино...

Кино, как мы знаем, важнейшее из искусств. Искусство кино настолько всеобъемлюще, что способно любое событие сделать популярным и значимым. Так и произошло однажды вечером в Париже. Компания Шарля Жерве, которая прославилась производством сыра, продавала эскимо в одном из кинотеатров, где демонстрировался фильм о жизни эскимосов. Зрители были потрясены увиденным, и один из них назвал мороженое эскимо. Документальный фильм о жизни далекого загадочного народа, который назывался «Нанук с Севера», надолго остался в памяти зрителей и подарил мороженому такое необычное название.

Есть еще несколько версий, но все они кажутся мне не такими интересными. Например, что эскимо изобрел одиннадцатилетний мальчик, который оставил на крыльце своего дома стаканчик с лимонадом. Ночь выдалась морозной, и палочка для перемешивания вмерзла в ледяной лимонадный

цилиндр. Было это в 1905 году. Эту красивую историю метод дедукции Шерлока Холмса разбил бы в пух и прах. Посудите сами, зачем пить зимой на улице лимонад, да еще оставлять его недопитым?! Ведь дети его так любят, а стоит он не дешево... И тем не менее. Время шло, мальчик вырос и через двадцать лет вернулся к детской мечте: стал продавать в городском парке замороженный на палочке лимонад. Сначала его отказывались даже пробовать, но популярность пришла в 1920 году вместе с летними спортивными играми. Во время Великой депрессии, когда доходы населения резко упали, предприимчивый бизнесмен начал выпускать сдвоенную лимонадную сосульку на двух палочках. Таким образом двое детей получали по эскимо каждый. Фамилия этого предпринимателя Фрэнк Эпперсон. А слово айсикл (*icicle*) переводится как сосулька. Свое ледяное творение он назвал «Эпсикл», соединив свою фамилию со словом «сосулька». И что за версия?! Про эскимо здесь мне напоминает только буква «э».

По другой легенде, которая, на мой взгляд, более привлекательна, рецепт эскимо разработал американец Христиан Нельсон в 1919 году. Это был брикет округлой формы в шоколадной глазури. Называлось это мороженое «эскимо пай» – пирожок эскимоса. В 1922 году Х. Нельсон запатентовал свое изобретение. Но чтобы разобраться и познакомиться поближе со словом «эскимо», нам ничего не остается, как отправиться в гости к эскимосам. Жизнь в таких суровых

климатических условиях – для нас сплошная загадка.

Загадку загадаю,  
Спросить хочу давно:  
Есть люди, дом которых  
Похож на эскимо.  
Он закругленный, белый,  
Без шоколада только...  
Как шарик замороженный.  
А этажей в нём сколько?  
Этаж один. Но вот секрет:  
Тот дом – спасение от бед!  
Внутри всегда горит огонь,  
Но снежный дом не тает,  
И если предков чтить закон  
То холод не пугает!  
Кто любит эскимо, поймет,  
В названии заложено,  
Какой народ в снегу живет  
И как это возможно.  
Из снега дом, а в нём тепло...  
Но как же он согрет?  
Листайте дальше, там для вас  
На блюдечке ответ!

Ответы на эти вопросы вы найдете очень скоро, а пока совершим небольшую прогулку во времени и пространстве.

# Эскимо и эскимосы



«В гостях у эскимосов? Конечно, без вопросов!» – вертится на языке рифма. Но вопросы будут, и их великое множество. Самый главный вопрос, который не дает мне покоя, – вопрос выживания людей в таких экстремальных условиях. Как согревают они свое жилище, как строят, чем утепляют? Как им это удастся, ведь мороз на улице перемахивает за сорокаградусную отметку?! В моей голове это не укладывается. Мозг протестует и отказывается воспринимать увиденное. От одних мыслей руки мерзнут и зуб на зуб не попадает! А про иглу вы что-нибудь знаете? Не в смысле иголки,

конечно, которой бабушка эскимоса штопает внукам варежки. Иглу – это одна из главных достопримечательностей этого смелого и мужественного народа.

Что мы знаем про иглу?  
В чём секрет вопроса?  
Называется иглу  
Дом у эскимоса!

И об этом удивительном доме следует поговорить подробнее. Во все времена люди стремились возвращаться в свой дом, пытаясь сделать свое жилище как можно безопасней и комфортней. Дом, прежде всего, это крепость, в которой можно укрыться от врага и непогоды. Исключением являются, пожалуй, лишь японцы, для которых дом – это зонтик над головой. Из такого дома в момент землетрясения всегда можно выбежать на улицу.

Дома эскимосов под названием иглу – настоящий шедевр конструкторской мысли. Ведь эти дома – из снега! Это вам не прогулка на выставки ледяных скульптур, это настоящий дом из снега, в котором горит огонь, а на костре варится обед. Навык строительства таких домов передавался из поколения в поколение, и на сегодняшний день и одна самая утепленная палатка не решит тех задач, с которыми справляется этот с виду примитивный снежный бугорок.

Иглу строится из снежных и ледяных блоков разнообразной формы. Дом круглый, куполообразный, диаметр 3,4 мет-

ра с небольшой пристройкой в виде коридора. Высота дома достигает двух метров. При его строительстве необходимо соблюдать главное условие, без которого выжить в таких экстремально низких температурах было бы невозможно. Вход в дом должен был находиться ниже уровня пола. Это позволяло не только максимально сохранить тепло, но и осуществлять приток кислорода. В противном случае люди бы задохнулись. Свет в дом проникал через ледяные блоки, а ночью жгли лампы, которые заполняли тюленьим жиром. Теплом обеспечивали плоски-жиринки, пропитанные всё тем же жиром, которые согревали округлые камни очага. Как ни странно, но стены иглу не таяли, а только оплавлялись. И даже в сорокаградусный мороз в доме было тепло и комфортно: плюс двадцать. Ледяные блоки обладали уникальной способностью впитывать избыточную влагу, и помещение оставалось сухим.

Суровые условия жизни научили этих людей не бояться ни смерти, ни страха. Главным кормильцем и спасителем от холода и голода для эскимосов был тюлень. Мясо служило пищей, жир – теплом и освещением. В суровые зимние холода, когда море сковывали льды, добираться до тюленьих загонов становилось всё сложнее и сложнее. А где холод, там и голод. Голодно становилось не только людям, но и их ближайшим соседям, белым медведям. Сильные морозы страшны и коварны. «Мороз и железо рвет, и на лету птицу бьет», – гласит народная мудрость. Обезумев от голода, медведи шли

к людям, шли на запах тюленьего жира.

Много интересных историй о жизни народов севера рассказал нам писатель и путешественник Роберт Флаэрти в своей книге «Жизнь среди эскимосов». Одна из них меня очень впечатлила. А дело было так. У одной пожилой пары ночью обвалилась стена дома, а в проломе показалась рычащая морда белого медведя. Его привлек запах тюленьего жира. Старуха не растерялась, схватила первый попавшийся под руку предмет, им оказался острый чесальный гребень, и, пока муж разыскивал свой гарпун, размахивала им перед носом незваного соседа. Что и говорить, не каждому на соседей везет! Не зря ведь пословицы и поговорки всех народов мира нам твердят: хороший сосед тот, с которым тебя разделяет каменная стена. Увы, такой возможности у эскимосов нет. Эти бесстрашные люди всю жизнь ведут борьбу с суровой действительностью, и их смелость достойна восхищения. А значит, разговор продолжим.

Эскимосы проживают на Аляске (США), на севере Канады, в Дании и у нас в России в Чукотском автономном округе (Магаданская область). Основным занятием и промыслом является охота на морского зверя, в основном на моржа и тюленя. Эскимосы с большой сноровкой и умением охотятся и на китов, но в связи с истреблением китов китобойными флотилиями количество морских гигантов резко сократилось. Кроме этого, эскимосы занимаются рыболовством, собирательством, разведением ездовых собак и оле-

ней. По данным переписи населения 2010 года, численность этого народа в Российской Федерации насчитывает 1738 человек.

Быт этого малочисленного народа необычайно приспособлен к суровым условиям жизни в Арктике, а изобретательность просто вызывает восхищение. Они изобрели поворачиваемый гарпун для охоты на морского зверя, хорошо знакомую нам и сегодня лодку каяк, снежный дом иглу, переносной дом ярангу и особую теплую глухую одежду из меха и кожи животных. Эскимосы верят в духов, которые бывают злыми и добрыми. Добрым поклоняются, злых изгоняют. Шаман, живущий в каждой деревне, осуществляет связь человека с миром духов. Рацион питания состоит в основном из мяса и рыбы, преимущественно в сыром виде, небольшого количества водорослей, трав, иногда и ягод. Дом согревает очаг из камней с каменной лампадой, фитилем которой служит мох. Всё это позволяет поддерживать в доме комфортную температуру. Дом живет по своим законам и делится на две половины, мужскую и женскую. Стены иглу обвешаны шкурами оленей, которые сохраняли тепло и создавали уют.

«Всякое место, которое ты любишь, для тебя целый мир», – говорил Оскар Уайльд. Этот мир придумали люди, и, как поется в песне, «этот мир придуман не зря». Говорят, что эскимосы целуются носами. А как иначе при таком-то морозе?! Мифология эскимосов необычайно богата и разнообразна. Во всём своем многообразии она проявля-

ется на весеннем празднике, который символизирует приход весны. Это символ борьбы холода с теплом. Он сопровождается очень сложными церемониями и завершается временным обменом женами. Маски, грим (преимущественно используют сажу) играют большую роль во всем происходящем. Эскимосы – даровитый народ, они отличные рисовальщики и резчики по кости. Как правило, это люди общительные и, несмотря на мрачные условия существования, любят сказки, песни и пляски. «В дом, где смеются, приходит счастье», – говорят мудрецы. Это улыбчивый и доброжелательный народ.

У эскимосов не только жилище делится на две половины, мужскую и женскую. У них даже лодки делятся на мужские и женские, сохраняя традиции предков. Четкое разделение труда и знаний своих обязанностей позволяет выживать в суровых климатических условиях. Каяк – мужская охотничья лодка. Ее основание сплошь обтянуто толстой шкурой моржа. Эта лодка крайне упругая, водонепроницаемая и управляется двухлопастным веслом. Поскольку за быт семьи отвечает женщина, то женская лодка приспособлена для перевозки бытовой утвари. Ее называют умиак, она широкая, открытая, а днище и борта такой лодки также обшиты шкурами.

А я продолжаю вас угощать своим «пирожком эскимоса» на палочке моей фантазии. И не только моей! Мое угощение – в шоколаде исторических фактов, что немаловажно.

Читая страницы книг, в которых рассказывается о рыболовном промысле эскимосов, мне не давал покоя один весьма прозаический вопрос. Почему не промокала их одежда? Вода – она везде вода, а на Крайнем Севере это еще и очень холодная вода! Лично у меня никогда не получалось забраться в лодку, не промочив ноги. Каково же было мое удивление, когда я нашла ответ! Вот оно, еще одно гениальное изобретение эскимосов. Они изобрели непромокаемую одежду, которую надевали поверх своей обычной. Эта одежда, назовем ее «комбинезон», была сшита из мочевого пузыря морских животных и не промокала ни при каких условиях.

Говорят, если твое счастье зависит от других, ты раб. Жители сурового Севера строили свое счастье своими руками и надеялись только на себя. Что же касается танцевальной культуры эскимосов, то в рамках своей профессии я не могу оставить эту тему без внимания. Эскимосская танцевальная культура – это сплетение традиций и обрядов, в которых неподготовленному зрителю непросто разобраться. В понимании европейцев это не танцы. Аутентичный фольклор нам непонятен. Он шокирует нас своей откровенностью, и демонстрировать его чужаку-пришельцу люди не спешат. Для жителей сурового края танец – это больше, чем танец. Это жизнь! Недаром в переводе с якутского танец (*унк*) переводится как «читать молитву». А бубен – это не музыкальный инструмент, это ритуальный предмет, поэтому новомодные танцы с бубном с историческими танцами народов Севера

ничего общего не имеют. Мода на этнические танцы заточила их на зрелище и заставила придумывать театрализованное шоу. А как иначе всё это донести до современного зрителя?! Ведь танец – это ритуал с элементами движений и поз, которые по этическим соображениям показывать нельзя. Впечатление усиливает горловое пение и неординарный вокал.

У нас на Камчатке проживает малочисленный коренной народ, который называют ительменами. Приблизительная численность народа 1500 человек. Это самый древний народ Камчатки. Руководитель ительменского фольклорного ансамбля «Эльвель» шаман Б. А. Жирков рассказывает, как много лет тому назад этнографы, изучавшие этот край (Стеллер, Крашенинников и другие), пытаясь описать движения народных танцев, не сделали этого по моральным соображениям. Гостей, приехавших на праздник Алхаллай (праздник очищения от грехов), и сегодня поражает увиденное. Говоря современным языком, это массовый танцевальный марафон с эротическим подтекстом. Начинается он в ноябре и продолжается целый месяц. Танцуют все, причем танцуют до упаду: Если человек устает, то продолжает танцевать лежа. Всё это действие сопровождается музыкальным оформлением: несколько человек бьют в бубен, постоянно меняя ритм. «В нашем суровом климате, – говорит шаман-руководитель Б. А. Жирков, – всего два удовольствия в жизни. Танец и любовь!» С этим не поспоришь!

Ну, а наша с вами любовь посвящена мороженому. Поспе-

шим в погребок, пока оно не растаяло... Только не пробуйте на вкус эти древние стены. Они не совсем съедобные.

Древний погреб-погребок,  
Он почти как колобок...  
Из яиц лепили «тесто»!  
Любопытно? Интересно?  
Это факт. Хотите знать?  
Время есть, начнем читать!

## Погреб-ледник. Что мы о нем знаем?

На что похоже мороженое, если оно не заморожено, всем хорошо известно. Значит, рецепт мороженого, скорее всего, возник там, где поблизости был лед. Если рассуждать логически, то это жаркая страна с горными вершинами, где жара соседствует с холодом. Так и есть! Логика – вещь серьезная. Скорее всего, это Иран, страна, где горы занимают почти половину территории. В районах, где жара превышала сорок градусов, потребность сохранения и охлаждения продуктов была чрезвычайно актуальна. Для этого персы придумали якхчалы – глубокие холодные погреба. Стены, пол и потолок этих сооружений были покрыты толстым слоем теплоизолирующей смеси. Состав этой смеси не совсем обычный для нашего современного восприятия, и знаете почему? А потому что ее основным компонентом являлся яичный белок. К нему добавляли песок, глину, козью шерсть, золу и известь. Всё это тщательно перемешивали, и когда смесь высыхала, то становилась прочной, а главное – водонепроницаемой. Вход в якхчалы проделывали с северной стороны, а само хранилище заполняли обледелеными глыбами снега, которые привозили с гор. Халиф аль-Махуи (780 год нашей эры) один из первых снаряжал караваны верблюдов, груже-

ные горным снегом. А к 1040 году для приготовления напитков и мороженого снег из Сирии в Каир доставляли уже ежедневно.

Как султану угодили?  
На верблюдах снег возили.  
Дальний путь – почти беда.  
Снег в жару – одна вода...

Как же сделать, чтобы снег и лед в пути не растаяли? Разгневанный султан не простит такого! И предприимчивые арабы соорудили ящик с двумя стенками, между которыми прокладывали слой войлока. Это была одна из первых попыток теплоизоляции. Затем изобретение стало более совершенным, и промежутки между стенами стали заполнять колотым льдом. Замороженная вода (так в те годы называли лед) с каждым годом становилась всё популярней. Арабы настолько полюбили мороженое и прохладительные напитки, что в Средние века к столу султана прибывало до сорока верблюдов в день! И несмотря на то, что в XIX веке был изобретен искусственный лед, многие страны до сих пор добывают и используют именно природный!

В жаркой Месопотамии четыре тысячи лет назад все богатые люди имели собственные ледяные дома. К столу фараонов лед доставляли по Нилу. Даже знаменитый римский император Нерон, поклонник прохладительных напитков и мороженого, несказанно гордился своим ледяным хра-

нилищем, которое заполняли снегом, собранным с вершин гор. Уже в IV веке до нашей эры были сооружения, в которых лед хранился всё лето. Инженерная мысль этих сооружений вызывает восхищение! В V веке до нашей эры в Афинах начали продавать шарики из снега с ягодами и медом. А в Персии появились первые прототипы современного мороженого. В их состав входила замороженная вода с фруктами в тонких полосках теста. Вкусовую гамму дополняли приправы и специи. Особой любовью пользовался шафран.

По данным историков-кулинаров, приспособление для производства мороженого изобрели в Китае. Это была большая емкость со смесью льда и селитры (в дальнейшем стали использовать соль). Такая машина позволяла охлаждать и одновременно взбивать мороженое. А вот сам его рецепт держали в строгом секрете. В XI веке до нашей эры в книге «Ши-Кинг» (каноническом сборнике древних песен) секрет мороженого был раскрыт и стал достоянием избранных.

Что же касается Европы, то рецепт мороженого появился в 1718 году в английской кулинарной книге. Но доступным роскошный десерт стал лишь в середине XIX века в связи с транспортировкой льда из Норвегии. В пуританской Америке в конце XIX века мороженое было одним из самых вкусных и доступных лакомств не только для детей, но и для взрослого населения, ведь алкоголь был под запретом. В 1904 году в Америке появился первый вафельный рожок. Он появился совершенно случайно: у продавца мороже-

ного закончились картонные тарелки, и ему ничего не оставалось, как скооперироваться с продавцом вафель. Успех превзошел все ожидания.

Если продолжить размышления на тему, кто и когда первым придумал мороженое, становится ясно любому и каждому, что рецепт мороженого возник там, где поблизости был лед. Например, на Сицилии. Сицилия поставляла лед по всей Италии, а затем стала вывозить и на Мальту. Всё дело в соли, которую жители Мальты издавна добывали. А поскольку при заморозке в те времена без соли было не обойтись, итальянский остров добавил дополнительную популярность мороженому. А вот в Англии и Франции поставщиками льда были скандинавские страны, которые делали на этом хороший бизнес.

Ледяные комнаты (погреба) в Европе стали неотъемлемой частью не только королевских поваров, но и неотъемлемой частью любого знатного дома. В 1685 году французский архитектор Луи Сова издал книгу, в которой основательно и подробно описал строительство ледника. Ледяные глыбы он советовал прокладывать сеном или соломой. Расцвет ледяной торговли начался в XIX веке, и эта отрасль мирового хозяйства стала приносить хорошие доходы. Лёд собирали, где только можно: в прудах, реках, в горах, у подножия ручьев и тому подобное. Каждый торговец придумывал самый короткий и безопасный способ его доставки. Одни доставляли лед на верблюдах, другие – на лодках и баржах. Тор-

говля льдом процветала, создавая, таким образом, настоящую революцию не только в мясо-молочной промышленности, но и в рыболовецкой отрасли. Ледяные комнаты способствовали появлению новых десертов и всё новых и новых сортов мороженого.

Впервые торговлю льдом начал англичанин Фредерик Тюдор в 1806 году. Он начал поставлять лед на остров Мартиника в Карибском море. Затем добрался до Кубы и Америки. В 1850 году Америку накрыла золотая лихорадка, и разбогатевшие американцы начали закупать лед на Аляске, которая в те годы принадлежала России. Торговля набирала обороты. Одна только маленькая Норвегия экспортировала миллион тонн льда в год! Тюдор богател. Но время берет свое. В 1850—1870-х годах бизнес стал терпеть упадок. Появились фабрики по производству искусственного льда. Однако не стоит думать, что бизнес исчез без следа и сосредоточился на производстве ледовых скульптур для веселых фестивалей. Чистый лед, а значит, чистая вода – редчайшее достояние человечества и жизни планеты. И люди всё чаще стали об этом задумываться.

Как же в те годы строили погреба-ледники без цемента и бетономешалок? Ведь даже маленькие трещины в стенах такого подвала способны превратить ледник в лужу с водой, поскольку на улице жара переваливала за сорокоградусную отметку! А всё дело в уникальном растворе, который, как показала практика, гораздо лучше цемента. Цемент может

давать трещины, а вот известковый раствор с добавлением тех самых яиц, которые мы съедаем на завтрак, творит настоящие чудеса!

Что мы знаем о яйце...  
Тень смущенья на лице?  
Для строителей вопрос:  
В стену упираем нос,  
Теснота, свод невысок,  
Из яиц и потолок,  
Скорлупа там и белок...  
Удивленье на лице?  
Ну а дело всё в яйце!  
Невелик наш закуток,  
Заходите в погребок!

В яичном белке находится вещество, которое называется альбумин, благодаря ему при варке яйцо не сворачивается, а из прозрачного становится белым. Сам по себе альбуминовый клей не очень прочный, но, если его смешать с небольшим количеством извести, дело принимает совсем другой оборот. Таким клеем можно клеить и фарфор, и стекло. Такое соединение усиливало сцепление микрочастиц, и об этом знали еще древние египтяне. При строительстве своих гробниц они использовали альбуминовый клей не только в качестве штукатурки, но и в качестве основы для росписи позолотой. Такая краска не рассыпалась, а недо-

статок такого яичного раствора только один – его дороговизна. Это же какое количество омлетов можно приготовить и скольких горожан накормить такой вкусной «штукатуркой»?! Но фараоны денег не жалели, они любили роскошь и купались в ней. Строители ледников – дело другое. Они подходили к проблеме практически, даже несмотря на то, что их композиционный материал поражал нас своими вкусовыми добавками. В дело прочности ради шло всё: и рисовый отвар, и молоко, и яичная скорлупа, содержащая кальций, и зола, и морские водоросли, и речной ил. В древней Армении монахи также знали секреты и достоинство такого раствора. Этот раствор был устойчив не только к перепадам температуры, но и к природным катаклизмам и даже выдерживал землетрясения. При кладке стен древние армяне использовали бычью кровь, кизяк, творог, яйца, ракушки и кости рыб. Эластичность и прочность такого раствора позволяла избежать трещин, что очень важно при строительстве ледников в странах с жарким климатом. На этом наша небольшая экскурсия в погребок завершается. Выбираемся наверх и согреваемся. Ну сколько можно находиться в холодном помещении? Мы же люди, а не ледяные скульптуры!

Жизнь прекрасна, прекрасны и мы в лабиринте ее многообразия. А если хотим сделать себе хорошо, уходим отсюда, где плохо. Нас согреет танец. Ведь топотушки и дробушки в танцевальном искусстве народов Сибири придуманы не зря. Они согревают, расслабляют и веселят. Не вздумай-

те только отдыха ради садиться к компьютеру или хватать со стола бутерброд. Это планшетики и телефоны с годами становятся более тонкими и более продвинутыми. У нас, у людей, всё наоборот. Одно спасение – танцы! И бодрят, и согревают, и прогоняют депрессию, наука подтвердила. Подведя итог всему вышеизложенному, с уверенностью могу сказать: теперь мы точно знаем, что яйцо занимает почетное место не только в нашем холодильнике. А лед – это и есть вода, влюбленная в тепло и растаявшая от удовольствия.

# Вода? О, да! Ода воде



«Природа проста и не роскошествует излишними причинами», – напомнил нам великий Исаак Ньютон. Перед силами природы мы бессильны, и даже если какой-нибудь красновщик Ваня утверждает, что он ближе всех к богу, дождь по его просьбе не случится. Конечно, все преграды и высоты люди преодолевают трудом и мыслью. Вернее, мыслью и трудом, так логичней, но эта мысль не должна быть разрушительной по отношению к природе.

«Забудьте о нефти, думайте о воде», – сказал Джон Кеннеди. Но, увы, эта мудрая мысль Джона американцам не понравилась.

вилось. И случилось то, что должно было случиться: в идеальном мире лжи утонула истина. Ложь хорошо держится на воде, хорошо плавает по течению, а вот с истиной всё не так просто. Что остается всевышнему? Терпеть и прощать всех нас, непутевых. Как любила повторять моя тетка-учительница: как бы сильно ни любил нас господь, ни от одного из нас он не в восторге. Так нам и надо!

Все события человеческой жизни находят отражение в воде, но мы об этом не задумываемся. Мы потребляем, используем и эксплуатируем воду. Мы даже забываем о том, что наша планета Земля на 70% состоит из воды. А такая простая всем знакомая снежинка – настоящее чудо природы. Японский ученый Накая Укитиро назвал снег «письмом с небес» и дал возможность нам прочитать эти письма. Снежинки не перестают удивлять: невозможно себе даже представить, что в мире не существует двух одинаковых снежинок! Эта сложная симметричная структура, состоящая из кристаллов льда, имеет строгую шестиугольную форму. Ни пяти, ни семи, ни восьми углов у снежинок не бывает. Невероятно! Вот так потрудились над ней природа. Это только в первые годы советской власти в угоду новому строю на плакатах стали появляться пятиконечные снежинки. Но их красота в сравнении с красотой природы являла собой жалкое зрелище. С природой невозможно состязаться! Это нелепо и абсурдно, это всё равно что русалку посадить на шпагат...

Родниковая вода – тоже настоящее чудо. Она создает

прекрасные кристаллы, а вот загрязненная или хлорированная – нет.

Вода открывает нам величайшие тайны, и в сороковые годы из науки гляциологии (*glacies* – лед), науки о природных льдах, выделилась другая самостоятельная наука, которая называется физикой льда. Исследования знаменитого японского ученого и целителя Масару Эмото подтверждают, что вода способна хранить и передавать человеческие мысли и эмоции. И то что вода умеет распознавать свет, звук, умеет слушать музыку и реагирует не только на нашу речь, но и на широкий спектр электромагнитных колебаний, уже ни у кого не вызывает сомнений.

# Вода, ее девичья фамилия и краткая биография

*H<sub>2</sub>O – для нас вода.*

*В ней вся жизнь, а с ней беда...*

*Страхи прочь, не быть беде.*

*Пробежимся... по воде!*

Биография воды... Что может быть интересней? Вода, в отличие от женщин, не скрывает свой возраст, но, как и каждая женщина, таит в себе неразгаданную загадку. Древние времена донесли до нас сказки про живую и мертвую воду, мы знаем их с детства. Но несмотря на все достижения науки, вода хранит тайны, и эти тайны будоражат умы ученых. Без воды нет жизни на планете, и верующие люди во всём мире ей поклоняются. Вода покрывает 70% всей поверхности Земли, да и мы, люди, на две трети состоим из нее. С точки зрения химии вода – это оксид водорода, состоящий из двух атомов водорода и одного атома кислорода. Соединяясь, эти три элемента создают необыкновенно прочную связь. Сила этой связи оберегает структуру воды от разрушения уже миллионы лет.

Вода, как и настоящая женщина, способна на капризы,

фокусы и перевоплощения. Она может улаживать слух нежным журчанием, радовать глаз родниковой чистотой, превращаться в лед или пар и улетучиваться без следа. А вот еще один главный ее фокус: когда вода замерзает, плотность льда ниже, чем у жидкой воды, поэтому водоемы замерзают сверху а не снизу. И эта ледяная корка не дает промерзнуть остальной жидкости. Еще один фокус: опрокинув стакан воды, жидкость не разливается по сторонам, а образует лужу. Такая специфика ее молекул проигрывает только ртути. Не хаотично, а по определенной схеме вода заполняет пространство в клетках живых организмов. Почему нашу планету называют голубой шар? Это вид из космоса. Но, загрязняя воду, вид из космоса может поменяться.

Очищать воду люди умели еще в глубокой древности. Древние египтяне ее кипятили или пропускали через слой песка и гравия. Напомню, что на две трети человек состоит из воды. Больше всего влаги в человеческом эмбрионе – девяносто семь процентов. У новорожденного приблизительно девяносто два процента жидкости. Подростки состоят из жидкости на восемьдесят процентов, а взрослые люди – на семьдесят – семьдесят пять. В преклонном возрасте количество жидкости сокращается до шестидесяти процентов. Без еды человек может прожить несколько недель, а без воды прожить невозможно! Значение воды в человеческом организме трудно переоценить. Она выводит шлаки и токсины, способствует сокращению мышц, регулирует кровото-

рение и артериальное давление, влияет на активность работы мозга, запускает обменные процессы, защищает органы от повреждений, поддерживает стабильную температуру тела и тому подобное. Вода – главный компонент всех тканей в человеческом организме. Не будем забывать об этом!

# Вода и наши килограммы

Все, кто занимается балетом, знают одну, но очень актуальную фразу: хочешь есть – пей! Воду, конечно. Чтобы не толстеть, надо обмануть организм: один стакан теплой воды тело воспринимает как пищу. Выпитые два литра воды в день увеличивают расход энергии на девяносто шесть калорий. Говорят, что лучше отдавать предпочтение холодной воде: это дополнительные калории на согревание. Один стакан воды за полчаса до еды уменьшает количество калорий и снижает аппетит. Два стакана перед едой – это возможность похудеть, особенно в пожилом возрасте. Организм, испытывающий жажду, посылает мозгу сигнал о голоде. А вода способна перехитрить организм.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.