


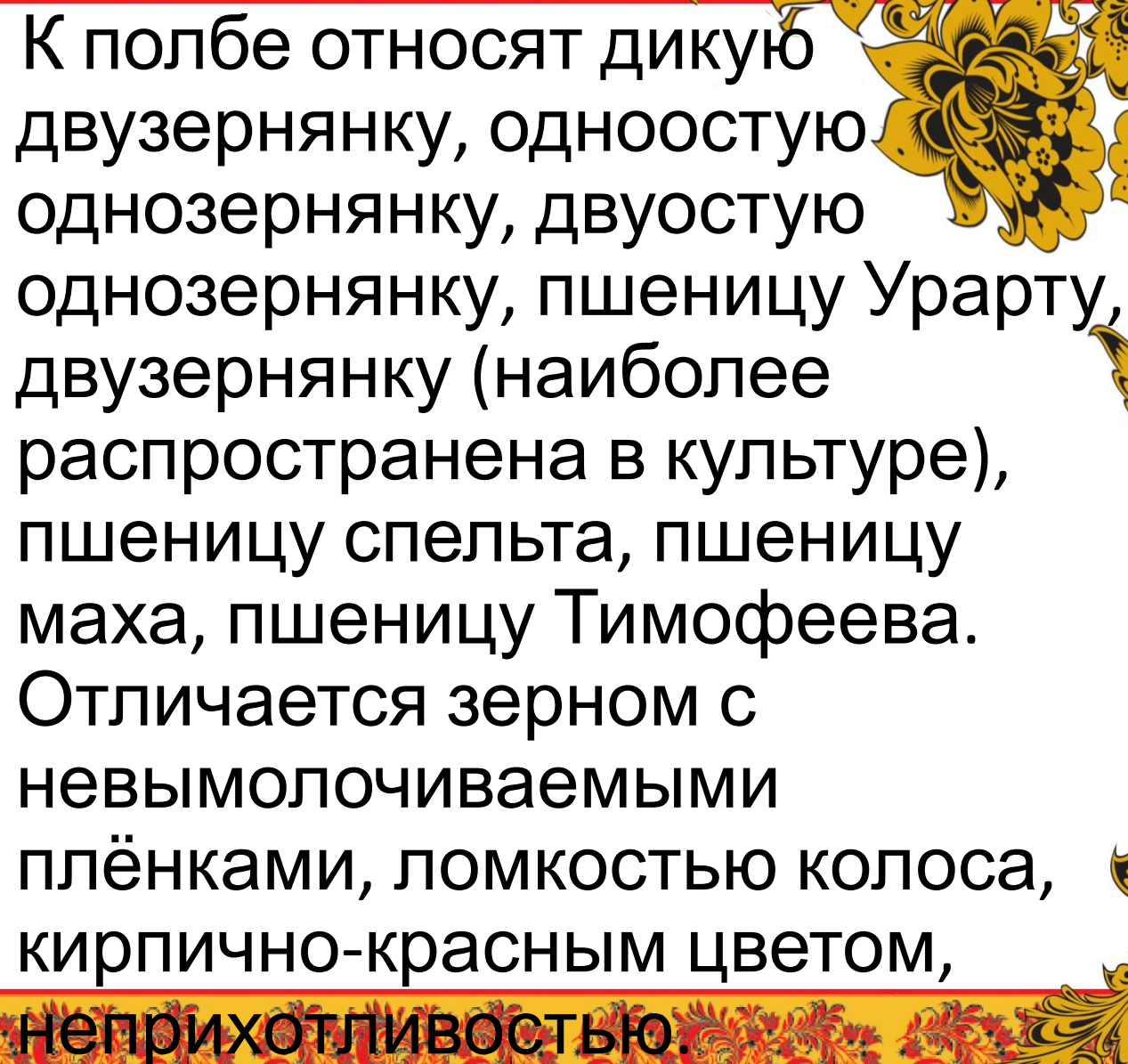


Полба-


злак, особый вид
пшеницы
с ломким колосом.



«Буду служить тебе славно,
Усердно и очень исправно,
В год за три щёлка тебе по лбу,
Есть же мне давай варёную
полбу»



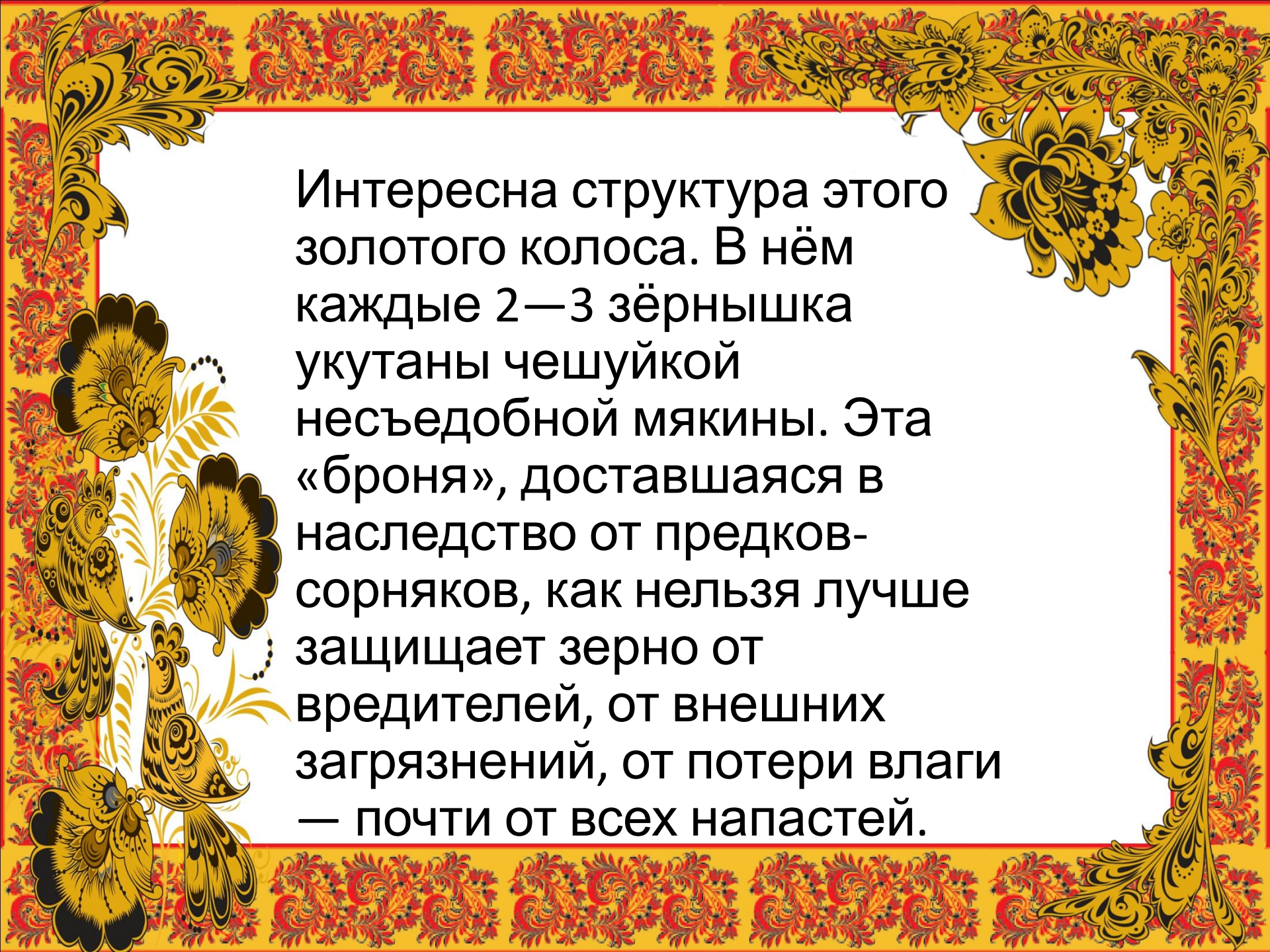
К полбе относят дикую
двузернянку, одноостую
однозернянку, двуостую
однозернянку, пшеницу Урарту,
двузернянку (наиболее
распространена в культуре),
пшеницу спельта, пшеницу
маха, пшеницу Тимофеева.
Отличается зерном с
невымолочиваемыми
плёнками, ломкостью колоса,
кирпично-красным цветом,
неприхотливостью.



Область происхождения (предположительно) — Средиземноморская зона. Введена в культуру более 5000 лет до н. э. Выращивалась в Древнем Египте, Вавилоне и др. местах. Позднее была вытеснена хоть и гораздо более требовательной к климату, и менее устойчивой к болезням, но значительно более урожайной пшеницей твёрдой и в настоящее время занимает незначительную долю мировых посевных площадей.

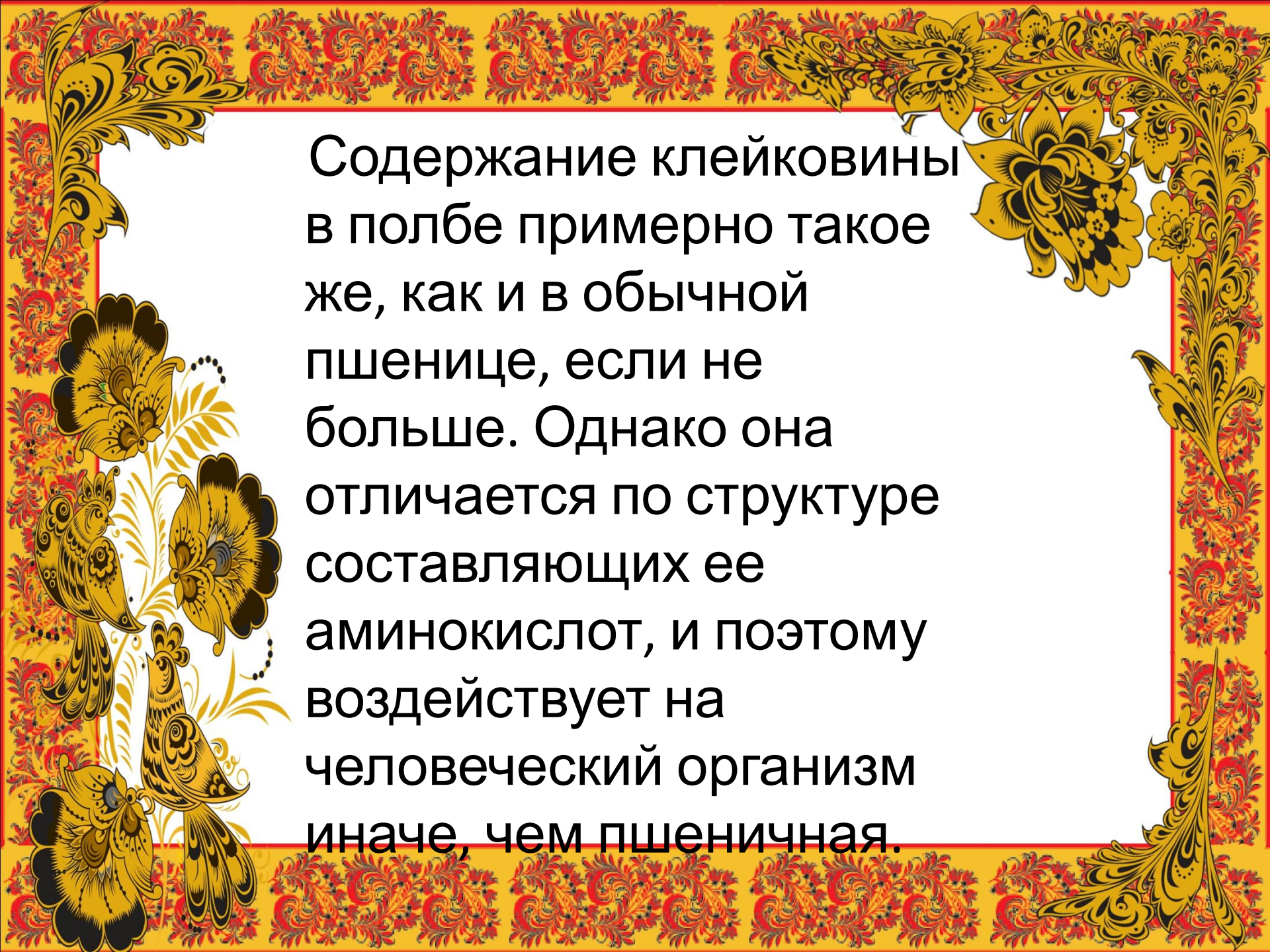
Полба





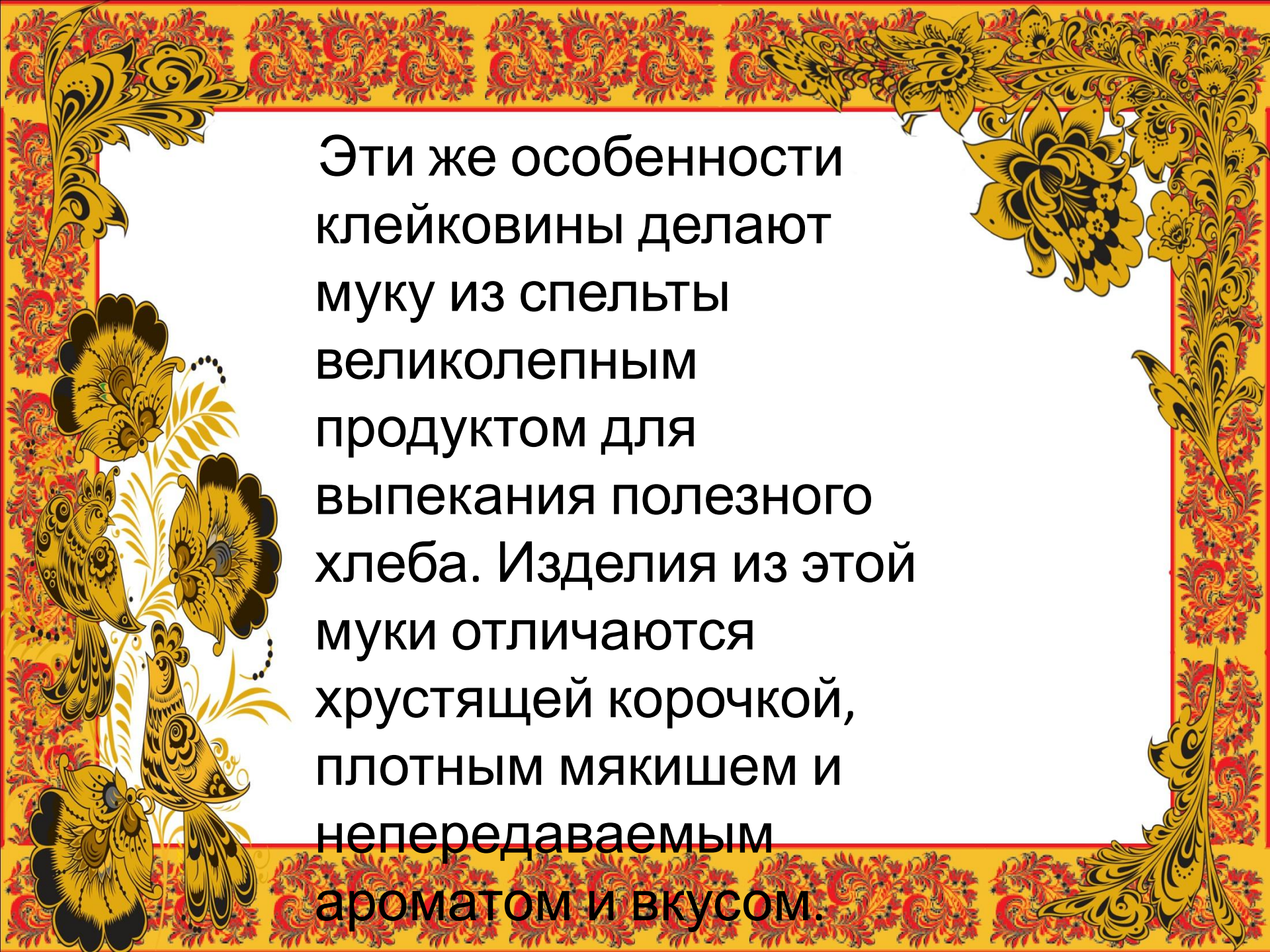
Интересна структура этого золотого колоса. В нём каждые 2—3 зёрнышка укутаны чешуйкой несъедобной мякины. Эта «броня», доставшаяся в наследство от предков-сорняков, как нельзя лучше защищает зерно от вредителей, от внешних загрязнений, от потери влаги — почти от всех напастей.





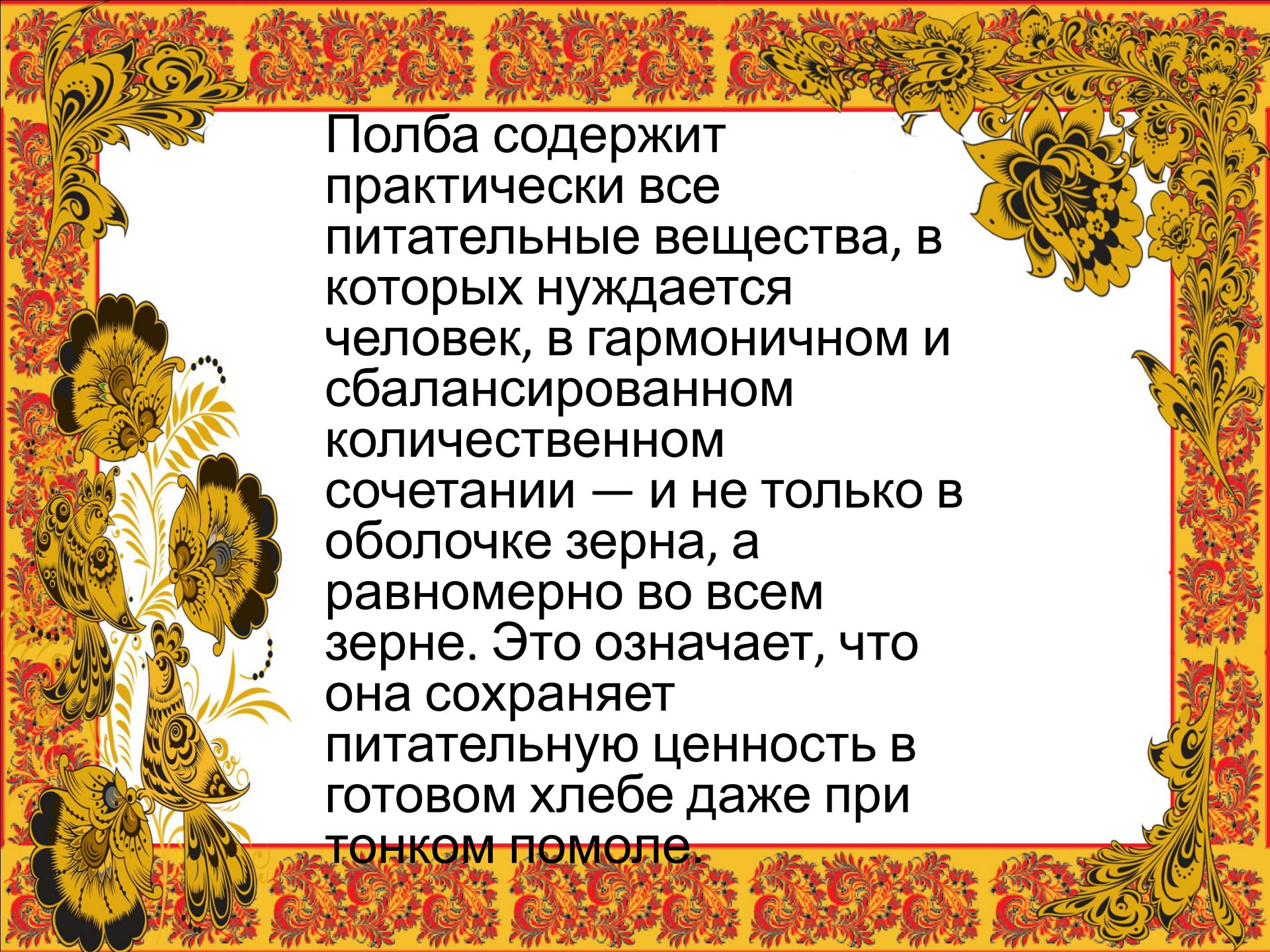
Содержание клейковины в полбе примерно такое же, как и в обычной пшенице, если не больше. Однако она отличается по структуре составляющих ее аминокислот, и поэтому воздействует на человеческий организм иначе, чем пшеничная.





Эти же особенности
клейковины делают
муку из спельты
великолепным
продуктом для
выпекания полезного
хлеба. Изделия из этой
муки отличаются
хрустящей корочкой,
плотным мякишем и
непередаваемым
ароматом и вкусом.



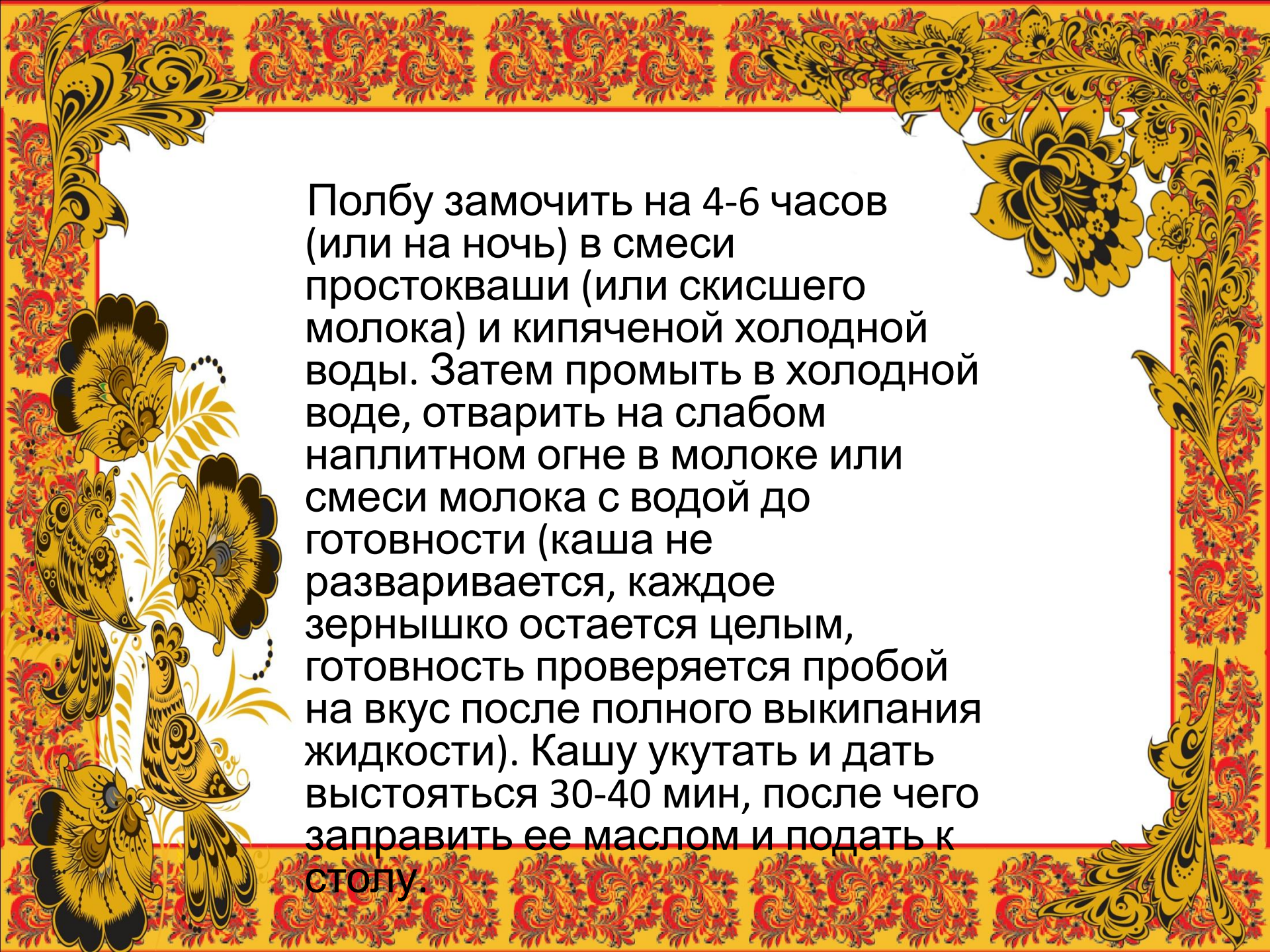


Полба содержит практически все питательные вещества, в которых нуждается человек, в гармоничном и сбалансированном количественном сочетании — и не только в оболочке зерна, а равномерно во всем зерне. Это означает, что она сохраняет питательную ценность в готовом хлебе даже при тонком помоле



Полбяная каша

1 стакан полбы, 0,5 л
простокваши, 0,5 стакана
воды, 0,5 л молока, 100 г
масла.



Полбу замочить на 4-6 часов (или на ночь) в смеси простокваши (или скисшего молока) и кипяченой холодной воды. Затем промыть в холодной воде, отварить на слабом наплитном огне в молоке или смеси молока с водой до готовности (каша не разваривается, каждое зернышко остается целым, готовность проверяется пробой на вкус после полного выкипания жидкости). Кашу укутать и дать выстояться 30-40 мин, после чего заправить ее маслом и подать к столу





Госуда, в которой
варили и подавали
полбу
на Руси



набор чузунков
объем - 5л, 1,7л,
0,65л
высота - 220мм,
165мм, 120мм
диаметр - 260мм,
170мм, 155мм



slaido.com.ua



Печи на Руси





КОНЕЦ

