

«Молочные реки и кисельные берега» –

одно из популярнейших русских выражений, символ беззаботной и привольной жизни, неиссякаемого материального достатка и благополучия.

Выражение это знакомо нам по сказке



«Гуси-лебеди».

Кисель с молоком был на Руси лакомством – одним из любимых праздничных блюд.

Кисель готовился из овса.

Густой овсяный кисель с молоком – это не что иное, как молоко и хлеб – традиционный фундамент семейного благополучия.

Было бы молоко с хлебом – всё остальное приложится.

Как правильно пить молоко?

- Стоит всегда помнить, что молоко – это не напиток, а еда. В народе и до сих пор говорят «поесть молока». Неправильно считать, что молоком можно утолять жажду. Чтобы молоко переваривалось легче, его лучше пить натошак, небольшими глотками, задерживая во рту для улучшения усвоения.

- Выпив стакан молока, лучше час-полтора ничего не есть. Не пейте молоко очень холодным. Низкая температура затрудняет пищеварение.

- Молоко хорошо сочетается со сладкими фруктами, ягодами, орехами. Очень полезны молочные муссы, пудинги, ягоды и фрукты со взбитыми сливками.

- Традиционна и оправдана с точки зрения диетологии комбинация молока с отварным картофелем и различными крупами.

- Нежелательно сочетать с молоком свежие овощи, огурцы, сливы, соленую, копченую рыбу и колбасы. Не стоит запивать им сладкие сдобные булки. В кишечнике в этом случае начинается процесс брожения, вызывающий метеоризм и боли в животе. К тому же такое сочетание слишком калорийно.

“Птичьего молока захотел”

Сказать: «Ему только птичьего молока и не хватает», – можно о человеке, у которого есть все, чего можно пожелать.

Вполне понятно, откуда это пошло: птица, дающая молоко, – существо никогда не виданное.

Можно, однако, отметить, что, во-первых, греки в древности рассказывали сказки про остров Самос, который-де так плодороден, что там даже птицы дают молоко, только его добывать надо умеючи.

А во-вторых, современные ученые говорят о «пчелином молоке» - кисломолочной жидкости, которой пчелы кормят свою матку и личинок, и даже о «голубином молоке» - особой творожистой массе, образующейся в зобах родителей во время питания птенцов и идущей голубятам в пищу.

Однако в языке народа молоком продолжает называться только лишь настоящее молоко.



ПОСЛОВИЦЫ О МОЛОКЕ

Корова рогата, да молоком богата.

Корова черна, а молоко у неё
белое.

Корову не накормишь - молока не
надоишь.

Летний день молоком-маслом
катится; летний день год кормит.

«Молоко – это
единственный продукт,
который сопровождает
человека непрерывно
всю жизнь, с раннего
младенчества до
глубокой старости»

В. Похлебкин

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного профессионального
образования «Старооскольский
институт развития образования»

Телефон - факс 33-30-16
E-mail: st-iro@mail.ru

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного профессионального
образования «Старооскольский институт
развития образования»

ПАМЯТКА

для учащихся

**"Молочные реки,
кисельные берега"**



Старый Оскол
2015