

СЪЕДОБНЫЕ ЦВЕТЫ - ПРИПРАВА, О КОТОРОЙ ВЫ НЕ ЗНАЛИ

**Драчёва А.А., Сергатенко М.А., студентки 3 курса факультета
агротехнологий,
земельных ресурсов и пищевых производств
Научный руководитель - Мударисов Ф.А.
кандидат сельскохозяйственных наук, доцент
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ**

***Ключевые слова:** цветы, приготовление, сад, витамины, украшение, эстетика, лепестки.*

В данной статье рассказывается о видах съедобных цветов. Описывается разнообразие применений цветов в приготовлении блюд, на примере нескольких видов; а также их полезные свойства для человеческого организма.

«Цветник - это пространство, где садовод отдыхает от «трудоправедных». Если овощи мы выращиваем с утилитарной целью их употребления и создания припасов на зиму, то у цветов абсолютно другая цель. Они просто радуют нас своей красотой, декорируют участок и жилище, их созерцание дарит нам покой и возможность насладиться гармонией, которая царствует в природе. Однако и отдельные виды цветов можно потреблять в пищу. В этой статье я опишу несколько самых вкусных цветов, которые точно растут в вашем саду»[1].

Цель данной статьи выявить целесообразность присутствия съедобных цветов в рационе человека, определить полезность и эстетичность применения цветов в приготовлении пищи.

Самое элементарное, что можно сделать, это украсить цветами всякий салат. Можно их использовать не только для украшения, но и в качестве одного из ингредиентов.

Если на вашем подоконнике цветет бегония, то даже зимой вы имеете под рукою припас витаминов. Цветы бегонии не только аппетитны, но и очень полезны. Они имеют приятную кислинку, чем-то

напоминающую вкус щавеля, особенно цветы розового оттенка. Вследствие легкой кислинки цветы бегонии можно использовать для любого блюда, которое неплохо сочетается с лимоном. Например, красную рыбу или говяжий стейк можно подать с таким неординарным украшением. Цветы бегонии чудно сочетаются с несладкими творожными закусками или мягким сыром. «Например, салат «Айсберг» содержит нейтральный вкус, добавка в него цветов бегонии придаст ему утонченность и своеобразный вид. Зимний салат из свежей капусты и моркови зазвучит по-новому с добавкой горсти цветов бегонии. Заправлять такие салаты лучше растительным или оливковым маслом, чтобы не омрачать внешний вид цветов»[4].

«Высушенные лепестки календулы можно применить в качестве приправы, заменяя ими шафран. Но они уступают этой пряности по аромату и не имеют красящих веществ. Цветы календулы входят в состав разнообразных травяных чаев. Можно добавлять их при заваривании зеленого чая. Однако и в салатах цветы календулы будут уместны: будь то весенний салат с огурцом и яйцом или салат с вареным картофелем и зеленым луком, горстка ярких цветов календулы сделает его не менее нарядным и добавит небольшую остроту, схожую с листья горчицы»[3].

У настурции съедобны и вкусны и листья, и цветы. У листьев более яркий и резкий вкус, сходный с редисом либо кресс-салат. Их добавляют в свежие салаты. Яркие цветы можно использовать не только, как уникальное съедобное украшение для салата, но и как небольшие емкости. Крупные красные или оранжевые цветы, начиненные белоснежной творожной начинкой, выложенные на круглые зеленые листья, смотрятся очень аппетитно. Зеленые коробочки с недозревшими семенами добавляют в маринады при консервации огурцов или помидоров, а также маринуют в чистом виде, применяя их взамен каперсов.

Яркие большие лепестки рудбекии и подсолнуха тоже весьма съедобны, имеют приятные терпкие нотки. «Сухие лепестки подсолнуха можно размельчить и употребить как приправу, добавлять в чай, а так же украсить ими салаты или бутерброды, но можно и применять их целиком, добавляя в начинку, например, известных на западе рулетов из ветчины»[7].

«Распустившиеся цветы тыквы или кабачка, обжаренные в кляре, считаются классическим завтраком, какой подается в европейских эко-

отелях. Цветы можно нафаршировать тертым сыром с чесноком и базиликом, и, окунув их в кляр, обжарить до золотистой корочки»[3].

Можно употребить как мужские, так и женские цветы, но уменьшение мужских не доставит урона урожаю. Есть особые сорта «на цветы».

Нераскрывшиеся бутоны лилейника, поджаренные в кляре, являются неординарным блюдом и подаются в дорогостоящих ресторанах. Таким рецептом можно изумить своих гостей и семейных. Если вы приезжаете на дачу лишь на выходные, можно накануне перед отъездом собрать все нераспустившиеся бутоны, ведь цветы лилейника живут только один день, и после вашего отъезда их красота останется без внимания.

Из всего вышеописанного следует, что использование съедобных цветов в приготовлении пищи не только делает блюда эстетически необычными, но и полезными, благодаря кладезю витаминов. Главное иметь меру.

Библиографический список:

1. Вишнеvский, М. Готовим из дикоросов. Деревья и кустарники/ Михаил Вишнеvский. – М.: РГ-Пресс, 2018. – 496 с.
2. Григорьева, Н. Цветы на столе / Наталья Григорьева. – М.: Ниола-Пресс, 2006. – 60 с.
3. Замятина, Н. Кухня Робинзона. Рецепты блюд из дикорастущих растений и цветов / Наталья Замятина. – М.: Центрполиграф, 2015. – 640 с.
4. Летвинских, М. Букет на обед / Маргарита Левинских. – М.: Ниола-Пресс, 2006. – 40 с.
5. Летвинских, М. Завтрак на траве / Маргарита Левинских. – М.: Ниола-Пресс, 2006. – 62 с.
6. Летвинских, М. Клуба для гурманов / Маргарита Левинских – М.: Ниола-Пресс, 2006. – 64 с.
7. Левинских, М. Мировые шедевры / Маргарита Левинских. – М.: Ниола-Пресс, 2006. – 22 с.

ARE EDIBLE FLOWERS A CONDIMENT YOU DIDN'T KNOW ABOUT

Dracheva A.A.

Keywords: *flowers, use, garden, leaves, decoration, bright, beauty, petals.*

A flower garden is a space where a gardener rests from the «labors of the righteous». If we grow vegetables for the utilitarian purpose of using them and creating supplies for the winter, then flowers have a completely different purpose. They simply delight us with their beauty, decorate the plot and the dwelling, their contemplation gives us peace and the opportunity to enjoy the harmony that reigns in nature. However, some types of flowers can also be consumed for food. In This article I will describe some of the most delicious flowers that definitely grow in your garden.