

## Крапива - подарок природы

|

Author: Архивы, [Архивы](#) , 16.06.2008.

Крапиву любили всегда. Сегодня интерес к ней в Европе, а во Франции с 1997 года организуются даже «Праздники крапивы» с дегустацией всевозможных блюд, приготовленных из этого драгоценного сорняка.

|

Всем известно, что из крапивы можно варить супы, но как-то никто этого не делает. Видимо, не все знают как. А отправляясь на прогулку в лес, никто не берет с собой резиновых перчаток, без которых ее не сорвать. И только увидев нежные листья, вспоминаешь с досадой: «опять забыл прихватить перчатки!»

Советую сделать исключение и пойти специально за крапивой, как ходят по грибы. Растет ее - сколько хочешь. Только не рвите вдоль дорог и там, где прогуливают собак. По понятным причинам я не советую собирать крапиву и на кладбищах, даже «русских».

В крапиве множество необходимых человеку витаминов, минералов (включая железо) и всевозможных микроэлементов. Весна - самый сезон для сбора крапивы, который длится недолго - до начала лета.

Суп из крапивы 1 литр воды, букет крапивы, 2 картофелины, 3 веточки зеленой петрушки, 1 зубок чеснока, 1 бульонный кубик (не обязательно), соль, перец.

Помыть крапиву и срезать твердые части стеблей. Почистить и нарезать кубиками картошку, положить ее в кастрюлю с водой и варить 15 мин. Почистить и раздавить чеснок.

Добавить в кастрюлю крапиву и бульонный кубик и варить 5 мин. Добавить чеснок, поперчить и посолить, добавить мелко нарезанную петрушку, проварить еще несколько минут и сделать пюре в миксере.

**Между прочим:** Такой суп можно подавать со сметаной или с яйцом, сваренным в мешочек или вкрутую. Можно и по-китайски: разболтать яйцо в мисочке и влить его через вилку в горячий суп, все время мешая. Получатся тоненькие яичные ниточки.

Запеканка из крапивы Большой букет крапивы, 50 г масла, 2 ст. ложки растительного

масла, 2 зубка чеснока, 2 ст. ложки муки, 1 стакан молока, щепотка мускатного ореха, 50 г молотых сухарей, 50 г тертого желтого сыра, соль, перец.

Помыть крапиву и срезать твердые стебли. Положить листья в глубокую салатницу, залить кипятком и дать остыть.

Почистить и раздавить чеснок.

На сковороде разогреть смесь растительного и сливочного масла, всыпать муку и, мешая, жарить, пока мука станет кремового цвета. Залить холодным молоком, перемешать, посолить, добавить мускат. Отжать крапиву и нарезать ножом. Добавить на сковороду вместе с чесноком и жарить, мешая, еще 5-7 минут.

Посуду для запеканок смазать растительным маслом, присыпать сухарями, выложить крапиву и поставить в духовку на 15 мин. За 5 мин. до готовности присыпать тертым сыром.

Омлет с крапивой Кусок ветчины или копченой грудинки, яйца (2 на человека), букет крапивы, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки растительного масла, щепотка кайенского перца, соль, перец.

Крапиву приготовить как в предыдущем рецепте.

Нарезать кубиками ветчину и слегка подрумянить на горячей сковороде. Добавить крапиву, влить 4 ст. ложки воды и тушить на малом огне 10 мин.

Взбить яйца в миске, посолить, поперчить, добавить сметану и разболтать.

Переложить крапиву на тарелку. Сковороду вытереть, влить растительное масло, яйца, а через 2 минуты выложить крапиву равномерным тонким слоем по всей поверхности. Прикрыть крышкой и дать омлету схватиться. Подавать можно с зеленым салатом.

Крапива полезна как питательный элемент не только для людей, но и для растений. Например, настоящий **огород без крапивы жить не может**.

Присутствие крапивы на участке говорит о качестве земли, так как она растет на плодородной, азотистой почве. Огородники издавна используют настойку из крапивы для удобрения растений. Для этого надо положить в ведро большой букет крапивы, залить дождевой водой, прикрыть крышкой и отставить на 2-3 недели. Удобрение готово, когда плохой запах исчезает и на ее поверхности нет пузырей. Поливать растения из расчета 1 литр настойки на 5 литров воды.

Для удобрения роз положить букетик крапивы в лейку с дождевой водой и на следующий день полить розы. Цветы будут красивее, ярче и без тли.

Немного крапивы, брошенной на компост, ускоряет его «созревание».

Крапива вас не обожжет, если, срывая ее, вы задержите дыхание.

Если крапива обожгла, снять боль можно натирая обожженное место листом черной смородины, розмарина, щавеля или петрушки.

## Крапивой можно и лечиться.

Наши бабушки частенько прибегали к ее помощи и лечили семью всевозможными сиропами, настойками и чаями. Предлагаю ознакомиться, может пригодится. Во всяком случае, не помешает.

При ревматических болях, диабете и анемии и для общего укрепления организма советуют пить один раз в день 100 г крапивы, заваренной в литре кипятку.

При кожных болезнях советуют натирать больные места следующей настойкой: нарезать свежую крапиву, положить в стеклянную банку, залить спиртом 90°, герметично закрыть крышкой и поставить на солнце на 12 дней. Ни в коем случае не пить!

Для улучшения аппетита и при недостатке кальция в организме советуют залить 250 г крапивы литром кипятку и настаивать ночь. Затем процедить, добавить столько же сахара, сколько жидкости и пить по ложке в день.

Отварить крапиву и в этой воде мыть руки - увидите, они станут белыми и нежными.

---

**Source URL:** <https://dev.nashagazeta.ch/news/le-coin-du-gourmet/9408>