

Спаржа является одним из наиболее важных растений, которые помогают вам побороть зимнюю депрессию, авитаминоз и хандру. Также это растение эффективно в борьбе с раковыми опухолями. Спаржа представляет собой очень мощный афродизиак. Но время созревания спаржи весьма недолговечно. А весной как раз нужно побольше налегать на спаржу, чтобы увеличить защитные свойства своего организма. Ведь не просто так еще в Древнем Риме ели спаржу и знали о ее замечательных качествах. Карл Теодор вообще называл спаржу не иначе, как «королевский овощ». Он засадил спаржей целую плантацию в резиденции Шветцинген. Данный город и сейчас считается столицей спаржи.



В Германии в апреле приходит «время спаржи», называемое по-немецки Spargelzeit. Продолжается оно до двадцать четвертого июня (дня Св. Иоанна). Немцы выращивают спаржу везде и всюду. В сезон на сбор спаржи там даже централизованно приглашают профессионалов по сборке этого овоща (как правило, это жители Польши и Турции). Был случай, когда поляки не смогли приехать, и это привело к потере половины урожая. Для того, чтобы представить себе масштаб скажем, что в разгар сезона урожай может быть до трех тонн в сутки. Спаржу собирают вручную, отсортировывают и отвозят на рынок. Кстати, если вас интересует [праздничное меню с рецептами и фото](#), то

заходите по указанной ссылке на сайт с рецептами. Там можно найти рецепты по приготовлению первых, вторых блюд, десертов, салатов, в том числе и из спаржи.

В Германии проводят фестивали, которые посвящены спарже. Во время них прямо на улице готовят спаржу различными способами. Люди пробуют и узнают, какой рецепт приготовления. Потом они могут приготовить данный продукт самостоятельно. Здесь нужно отметить, что спаржа стоит довольно дорого. Килограмм данного овоща обойдется больше десяти евро. Перед покупкой спаржи советуем запастись различными «приспособами» для очистки спаржи. Вам понадобятся щипцы и высокая кастрюля, где спаржу можно будет варить вертикально.

Как нужно правильно отваривать спаржу? Слегка подсоленную воду доводят до кипения и в нее ставят спаржу пучком, связанным нитками белого цвета. При этом бутоны овоща не должны погружаться в воду. Под действие пара бутоны доходят до готовности. Параллельно с отвариванием спаржи, можно готовить соус на сливочном масле, лимонном соке и соли. Потом спаржу подается с этим соусом. Можно ее также украсить ложкой икры лосося. Это даст необходимый вкусовой контраст. А на десерт после еды можно подать торт. Вот есть [постный торт рецепт с фото](#), который очень понравится вашим родным.



Стоит сказать еще об одном афродизиаке, который называется устрицы. В южном полушарии нашей планеты их добывают в мае. В свое время одни из первых распробовали вкус устриц кельты и греки. Устрицы во все времена считались деликатесом и довольно дорогим кушаньем. Разводить устрицы впервые стали в Китае,

а во Франции этим занимаются примерно полтора века. Собранные устрицы хранятся в закрытых раковинах в холоде примерно 3 недели. На данный момент хозяйства по разведению устриц существуют во многих странах мира, в том числе и в России. У нас подобные хозяйства расположены на Дальнем Востоке.

На специальных плантациях устрицы растут в среднем 2-5 лет. Вкус устрицы определяется, как средой обитания, так и методами выращивания и консервации. Есть метод выдерживания устриц на воздухе несколько месяцев. Устрица в этом случае напрягает мускул, чтобы удержать воду в раковине. В результате тело устрицы получается мясистым и упругим. Устрицы могут быть различных размеров и даже классифицируются по данному параметру. Наиболее крупные устрицы маркируются четырьмя нолями и весят до 120-ти гр. У большинства устриц нежный вкус. Он немного сладковатый, имеет оттенок ореха. Бывает также йодистый солоноватый привкус. Специалисты диетологи отмечают, что устрицы весьма полезный продукт. В них есть большое количество витаминов А, В, С, D, элементы Са, Fe, Mg, Zn, I, фосфор и другие.

Устрицы обычно подают с белым вином, шампанским, а иногда и с розовым вином. Устрицы могут подавать с лимоном на льду, а для вскрытия раковины дают специальный нож. Устрицы в ресторанах, как правило, подаются открытыми. Принято выпивать устрицу из раковины, поливая ее лимонным соком по вкусу. Стоит сказать, что устриц не жуют. Их смакуют во рту и потом проглатывают. Бывает, что устрицы подают с гарниром из авокадо и ложкой икры. Вместо лимонного сока может быть предложен бальзамический уксус или Табаско. В нашей стране к устрицам часто подают гренки из ржаного хлеба и рубленный лук.