

МАРИНА ТАРАСЕНКО

Індійські яблука

Якщо життя піднесло тобі лимон – зроби з нього лимонад!

Дейл Карнегі

Середня відстань між Україною та Індією – 5 237 км, час польоту – 5 годин 50 хвилин. А „індійські яблука” є в кожному домі!

Вони спочатку зелені, а потім – жовті. Вони – дуже корисні і кислі. Вони – це плоди звичайнісіньких лимонів! А назвали їх „індійськими яблуками” воїни Олександра Македонського, які в 327–325 роках до н. е. здійснили похід в далеку Індію за казковими багатствами. Біля підніжжя Гімалаїв вони побачили дикорослі лимони. Тож Індія – батьківщина лимонів. Там цей плід має назву „німу”. Він дозріває восени і сягає до 9 см завдовжки, у діаметрі – до 6 см.

Лимон містить аскорбінову кислоту, вітаміни групи В, С, сахариди, Калій, Кальцій, Купрум, ефірні олії, які покращують настрій. Ми часто п’ємо теплий чай з лимоном від застудних захворювань. У 100 г лимону є 40 г вітаміну С. Добова норма для дітей віком від 9 років – приблизно 45 мг, для дорослих – 75–100 мг на добу.

У Давньому Єгипті фараон Мікерин вживав чудодійний напій з лимона та часнику. Для нього створили спеціальний рецепт, щоб зберегти життєві сили та покращити емоції. Кажуть, що саме завдяки цьому напою Мікерин правив Єгиптом 40 років. Усипальниця цього правителя розташована поблизу піраміди Хеопса.

Знаменитий англійський мореплавець капітан Джеймс Кук, який у XVIII ст. тричі обігнув земну кулю, відкрив у Тихому океані кілька архіпелагів та островів, отримав нагороду від Британського адміралтейства – золоту медаль Лондонського королівського товариства. Він рятував свою команду під час кругосвітнього плавання, даючи матросам для профілактики цинги лимонний сік із цукром. Ознаками цинги є кровоточивість ясен, рухливість зубів та болі у суглобах. Під час першої навколосвітньої подорожі у XV ст. від цинги померла третина всіх учасників експедиції Васко да Гама! Тож недарма британських моряків називали „лимонниками”.

В Європі, у Франції, є столиця лимонів – місто Ментон. Це місто-сад. Тут, у субтропічному кліматі, росте величезна кількість рослин. У саду Бйове при палаці Карноле зібрана найбільша колекція цитрусових у Франції. У лютому в саду проходить Лимонний фестиваль. У 2017 році – уже 85-й! Парки та сади прикрашають скульптурами з лимонів та інших цитрусових, влаштовують феєрверки та паради.



Щороку у фестивалю нова тема. 2016 рік був присвячений Золотому століттю італійського кіно, 2017 рік – Бродвею. У 2017 році Свято лимонів тривало з 10 по 28 лютого. Цитрусових не пошкодували, на творчі роботи витратили їх майже 150 т. І не лише лимонів, а й мандаринів та апельсинів. Їх так багато, адже на Лазурному березі збирають по три врожаї цитрусових на рік.

У давнину в Україні дівчина підносила нелюбу, який залицявся до неї, гарбуза. Схожа традиція була в Іспанії, але там дівчина дарувала не гарбуз, а лимон. А хлопцю, який був до душі, – апельсин.

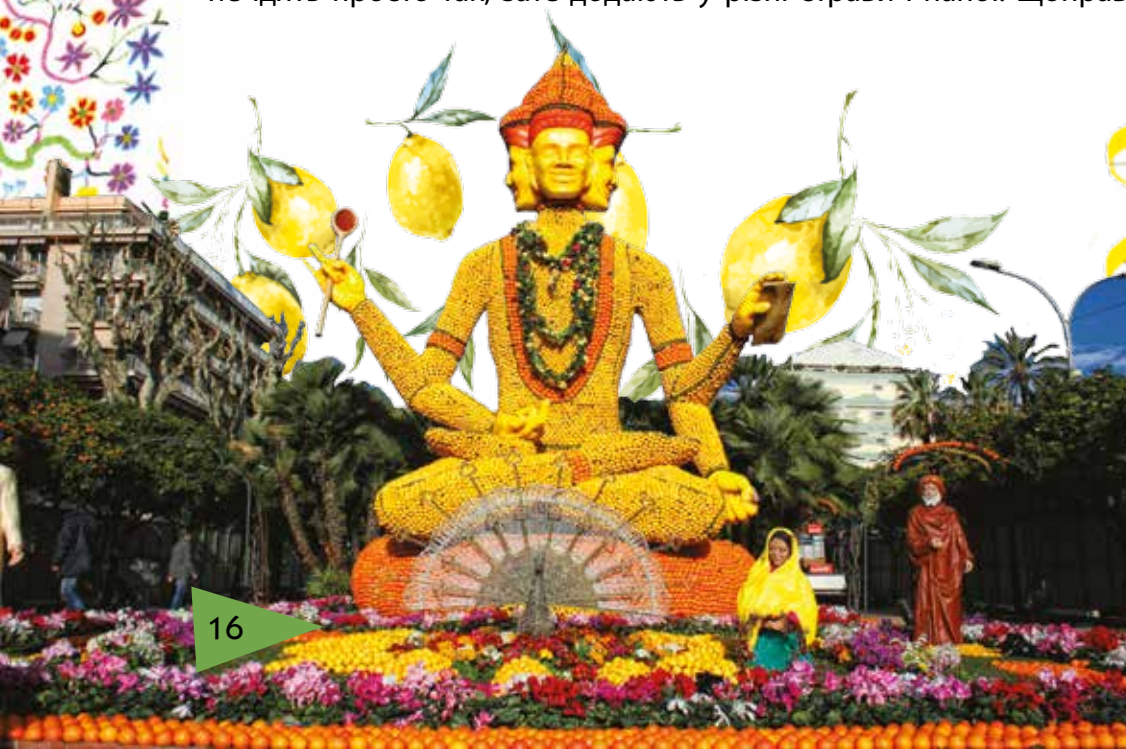
Хто не любить смачно поїсти! І тут без лимона не обійтись. Його не їдять просто так, зате додають у різні страви і напої. Щоправ-

да, кавказька легенда розповідає про в'язня, якому дозволили вибирати їжу за смаком, і він вибрав лимони! Ще й примовляв, що шкірка плодів і зерна корисні для серця, м'якоть – чудово втамовує голод, а сік – спрагу.

В Україну лимони везуть з Азії та Африки, а у XVIII ст. цитрусові вирощували і в нашій країні. Цим займалися садівники уманського парку „Софіївка”. Мешкає в нашій державі цікава людина – інженер за освітою, за покликом – селекціонер Анатолій Патій, який збирає декілька врожаїв цитрусових на рік. У 70-ті роки він працював робітником у Нікітському ботанічному саду в Криму, згодом разом з ученими займався селекцією сортів для нашого клімату. Результат – лимон сорту „Київський”, плоди якого сягають до 1,5 кг! 36 років вирощує Анатолій Васильович під Києвом тропічні та субтропічні рослини, адаптує їх до звичайних міських квартир і радить: найпростіше почати саме з лимона. Його сорт „Київський” – спеціально для квартир. Рослина не лише дає цілющі плоди, але й наповнює помешкання фітонцидами, що знищують хвороботворні організми у повітрі.



У 2003 році в Ізраїлі в Книзі рекордів Гіннеса зафіксовано найбільший плід лимона масою 5 265 г.



ЛАБОРАТОРІЯ „КОЛОСКА”

Домашній лимонад

Смак лимонного соку подобається не усім. А ось домашній лимонад – зовсім інша річ. Дуже ароматний, солодкий, багатий вітаміном С. Готується він досить швидко.

Тобі знадобиться: 1 кг лимонів (на 500–600 мл чистого лимонного соку); для сиропу: 2 склянки води, 250 г цукру.

Що треба робити?

1. Промий лимони під проточною водою, обсуши паперовими рушниками.
2. Розріж плоди навпіл, вичави сік.
3. Приготуй сироп: у кип'ячену воду засип цукор, перемішай і вари 5 хвилин до розчинення цукру.
4. З'єднай сік із охолодженим сиропом.

Лимон-косметолог

Тобі знадобиться: лимон, мед, оливкова олія.

Що треба робити?

1. Щоб нігті були міцними та здоровими, час від часу протирай їх лимонним соком з оливковою олією.
2. Долькою лимона можна очистити від відмерлих клітин і підживити жирну шкіру обличчя.
3. Для росту волосся змішай сік лимона з медом (3:1), нанеси на 10–15 хвилин і змий шампунем.

Лимонна батарея

Тобі знадобиться: лимон, два шматочки мідного ізольованого дроту 0,2–0,5 мм завтовшки і 10 см завдовжки, сталеві скріпки для паперу, лампочка від кишенькового ліхтарика.

Що треба робити?

1. Ретельно вимий і витри лимон.
2. Зачисти кінці обох дротів.
3. Встроми в лимон скріпку, прикрути до неї кінець одного дроту.
4. На відстані 1–1,5 см від скріпки зроби отвір голкою і встроми другий дріт.

5. Вільні кінці дротів приклади до лампочки.

Що відбувається?

Лампочка світиться!

Порада. Якщо лампочка не світиться, візьми декілька лимонів і з'єднай їх так, як показано на малюнку.

Лимон (*Citrus*) – невелике вічнозелене дерево до 8 м заввишки, зазвичай з колючками на стеблі. Листя до 15 см довжиною та 5–7 см шириною. Опадає раз на 2–3 роки. Квіти з п'ятичленим віночком. Пелюстки білого, кремового, рожевого або пурпурового кольорів.

Під час приготування рибних страв побризкай рибу лимонним соком, щоб позбутися неприємного запаху. Після приготування риби водою із соком лимона протри робочий стіл та посуд.

Лимони можна вирощувати вдома на підвіконні. За рік дерево дає 10–30 лимончиків. Але треба висаджувати не насіння, а саджанець кімнатного лимона, який можна купити в магазині. Рослини, вирощені з насіння, радують листям та гарними квітами, але пізно плодоносять. Найкращий час для висадки лимона – весна.

Пам'ятай, що в теплиці лимон любить яскраве розсіяне світло, тепло протягом всього року та високу вологість.

Тарасенко Марина Петрівна,
учитель біології

комунального закладу „Середня загальноосвітня школа
№ 34 Кам'янської міської ради”

Дніпропетровської області,
лауреат II Всеукраїнського Інтернет конкурсу
„УЧИТЕЛЬ РОКУ-2017” за версією науково-популярного
природничого журналу „КОЛОСОК” у номінації „БІОЛОГІЯ”