

На здоровье!
Водку пьют залпом,
предварительно охла-
див. Так ее вкус ка-
жется наиболее
приятным.

Огненная вода

Спирт изобрели во Франции. Но самый популярный напиток на основе спирта родился в России. Как же появилась на свет русская водка?

Россия – страна по большей части холодная. Выращивать в нашем климате виноград люди научились только в XIX веке. Поэтому культуры виноделия в нашей стране не сложилось. На Руси традиционно пили пиво, брагу, хмельной мед. Богачи могли себе позволить дорогое привозное вино. Так продолжалось до начала XV века. Тогда церковь начала бороться с пивоварением. Митрополит Фотий Московский объявил пиво языческим напитком. По всему Московскому княжеству пивоварни стали уничтожать. Вино подорожало еще сильнее. Стране понадобился новый недорогой алкогольный напиток. Им и стала водка. Исследователь истории кулинарии Вильям Похлебкин считает, что ее изобрел москов-

ский монах Исидор. Во время одной из поездок в Рим он научился делать виноградный спирт. А вернувшись на родину, продолжил делать спирт и здесь. Только вместо дорогого винограда сырьем ему послужило зерно. Чтобы спирт было приятнее пить, Исидор стал разбавлять его водой.

Историкам до сих пор точно не известно, в каком году это произошло. Но уже в 1533 году в Москве появилось первое государственное питейное заведение – «царев кабак». В нем продавали водку. Впрочем, самого слова «водка» тогда еще не существовало. Новый крепкий напиток на-



Отец водки

Знаменитый химик Дмитрий Менделеев рассчитал, что литр идеальной сорокаградусной водки должен весить ровно 953 грамма.

Любители выпить

Старинная гравюра изображает «царев кабак» – первое в России государственное питейное заведение.

Фронтовые сто грамм

Во время Второй мировой войны водка входила в паек советских солдат. С ее помощью они снимали стресс после тяжелых боев.



На высшем уровне
Официальная встреча президента России Бориса Ельцина с президентом Белоруссии Александром Лукашенко за рюмкой водки.

водка стала называться «Московская особенная». В народе ее прозвали «Менделеевкой».

В наши дни

С тех пор рецепт водки практически не менялся. Для ее приготовления используют три ингредиента: воду, дрожжи и зерно. От качества каждого из них зависит вкус конечного продукта. Вода должна быть идеально чистой. Лучше всего – из подземных источников. Например, водку *Finlandia* делают на основе ледниковой воды из источника Раямяки. Эта вода, добытая с глубины 18 метров, считается самой чистой в Европе. Не менее важен и выбор зерна. Для производства водки лучше всего из злаков подходят рожь и ячмень. В Советском Союзе водку стали делать из пшеничного спирта, чтобы напиток был более дешевым и массовым. Но традиционную технологию сохранили за границей – в частности, в Финляндии. Там специально для производства водки *Finlandia* продолжают выращивать уникальные сорта ячменя.

Зерно нужно смолоть и смешать с водой. Эту смесь неко-

Бойтесь ввязаться в драку после вечеринки? Тогда не пейте водку из картофельного спирта!

зывали хлебным вином, белым вином, водочным вином или столовым вином. Не было единства и в рецептуре. В зависимости от производителя крепость водки колебалась от 39° до 65°. Все эти различия закончились только в 1894 году. Тогда Россия в очередной раз готовилась ввести государственную монополию на производство водки. Но перед этим напиток решили

облагородить и создать для него государственный стандарт. Для этого правительство пригласило знаменитого химика Дмитрия Менделеева. Ведь он еще в 1865 году составил идеальный рецепт водки: тщательно очищенный спирт, разведенный водой до 40°. Такая водка приятно согревает, но не обжигает пищевод.

Кроме того, ученый исследовал опьянение, которое вы-

зывают различные виды спиртов. И пришел к выводу, что если от зернового спирта люди становятся добродушными и веселыми, то картофельный спирт пробуждает в человеке агрессию. Вердикт химика был однозначен: водку следует делать только из зернового спирта!

Российское правительство запатентовало рецепт Менделеева. Изготовленная по нему



Секреты производства водки Finlandia

1. Сырье

В производстве водки используют отборный ячмень.

2. Брага

Бродит при температуре около 30°.

3. Очистка

Спирт перегоняют несколько раз.

4. Все под присмотром

Процесс перегонки контролируется компьютером.

5. Готово!

Водку разливают по бутылкам.



торое время варят под давлением. Получившейся кашнице дают немного остыть, а потом добавляют дрожжи и оставляют бродить. Этот процесс занимает около 40 часов. После этого смесь зерна и воды превращается в брагу. Ее дистиллируют в перегонной системе и получают спирт крепостью 96°. Его фильтруют древесным углем. Слой угля может достигать восьми метров в толщину. Лучше всего для очистки спирта подходит уголь из древесины яблони или березы. Затем спирт разбавляют водой и разливают по бутылкам.

Водка бывает не только простой, но и ароматизированной. Делают ее двумя способами. Чтобы придать напитку едва заметное послевкусие, добавки используются во время перегонки спирта. Если же нужно получить ярко выраженный вкус, то надо добавить натуральные ароматические вещества в уже готовую водку и дать ей настояться.

Узнать больше

Похлебкин В. История водки. М.: Центрполиграф, 2000.
Русская водка. Иллюстрированная история. М.: Дом русской водки, 2004.
Музей русской водки. Санкт-Петербург, Конногвардейский бульвар, 5. Телефон: (812) 312-34-16

Самогонный аппарат: водка своими руками



В эпоху сухого закона самой популярной кухонной утварью россиян стали скороварки. Из них делали самогонные аппараты. Для этого надо было достать клапаны из крышки скороварки (1), а на их место установить две пробки – с термометром (2) и трубкой (3). Трубку снабжали краном (4) и соединяли со змеевиком (5), который подключали к крану с холодной водой. Чем холоднее была вода, тем лучше работал аппарат. Кончик трубки (6) опускался в сосуд (7), стоявший на водяной бане (8). В скороварку наливали брагу и включали огонь. Спирт испарялся и уходил в трубку, а охладившись водой, становился жидким и капал в приемник.



Что будем пить?

В небольших дозах алкоголь полезен для здоровья. Это медицинский факт. Но что предпочесть: вино или водку? Все зависит от вашего организма

Борцы с алкоголем были неправы. Спиртные напитки не принесут вреда здоровому организму и помогут вылечить больного. Главное – знать меру! И, разумеется, выбрать подходящий напиток.

Лечимся вином

Древний способ лечения вином называется энотерапия. Эта наука зародилась еще в Древней Греции, а развивалась во Франции. Прислушались к советам энотерапевтов и в других странах. В СССР во время Великой Отечественной войны вино входило в обязательный рацион пациентов госпиталей и сана-

ториев. В те времена советские виноделы даже добавляли в вино вытяжку из плодов грецкого ореха, чтобы увеличить в нем содержание витаминов. Да и в наши дни врачи нередко рекомендуют больным во время курса лечения каждый день выпивать один-два бокала вина.

Например, людям, страдающим кишечными коликами, иногда помогают красные столовые вина, богатые танинами. Эти вещества стимулируют гладкую мускулатуру кишечника, подавляют болезнетворные микроорганизмы.

Красное вино врачи нередко используют и при лечении сердечно-сосудистых заболе-

ваний. В вине содержатся фенольные соединения. Они не дают образовываться тромбам в кровеносных сосудах.

При заболеваниях почек известный французский энотерапевт доктор Мори рекомендует пить сухое шампанское. Оно помогает выводить из организма лишнюю жидкость и нормализует водно-солевой баланс.

Если же у человека образовались камни в мочевом пузыре, то энотерапевты советуют пить сухие белые вина, богатые калием. Они мягко воздействуют на организм, перестраивая обмен веществ и увеличивая образование мочи. И то, и другое бывает





Традиция

Водка считается мужским напитком, а вино – женским. Но, если вы собрались лечиться, об этих предрассудках придется забыть.



Для аппетита!

Рюмка водки перед порцией жирного борща поможет желудку переварить пищу.

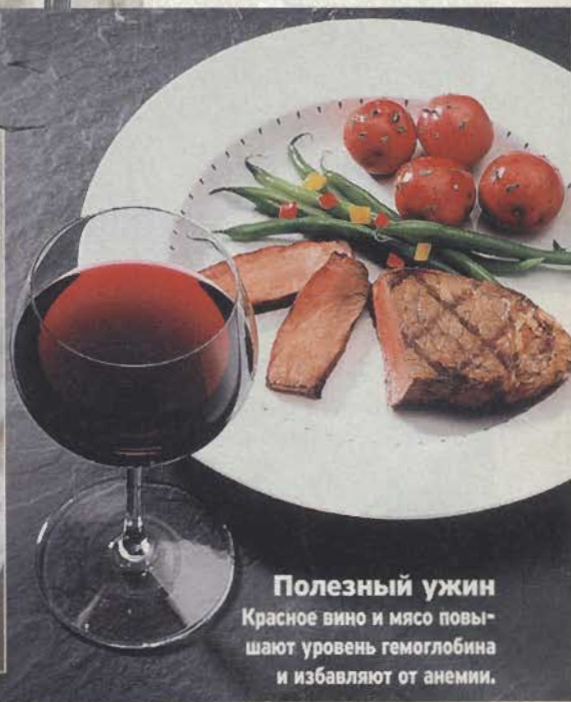


Без разницы

Как показали исследования, для печени неважно, что пьет человек: вино или водку. Главное, чтобы алкоголя не было слишком много.

Здоровое сердце

Эксперименты медиков подтверждают: если пациент прошел курс винотерапии, показания его электрокардиограммы улучшаются.



Полезный ужин

Красное вино и мясо повышают уровень гемоглобина и избавляют от анемии.

полезно при мочекаменной болезни.

Вино помогает и похудеть. Диетологи считают, что, если употреблять во время еды молодые красные сухие вина крепостью 8–11%, насыщенные будут наступать быстрее. А вот от сладких вин, пива и шампанского полным людям лучше отказаться. В них слишком много калорий.

Лечимся водкой

В России вино всегда было распространено гораздо меньше, чем водка. Но на протяжении многих столетий она считалась столь же полезной. Немецкий дипломат Адам Олеарий, который со-

вершил путешествие по России в XVII веке, писал в своих воспоминаниях: «В России вообще народ здоровый и долговечный. Недомогает редко, и если приходится ему слечь в постель, то среди простого народа лучшими лекарствами, даже в случае лихорадки с жаром, считаются водка и чеснок».

В старинных кулинарных справочниках сохранилось множество рецептов целебных водок на все случаи жизни. Водкой, настоянной на березовых почках, лечили лихорадку и авитаминоз. Пить ее рекомендовалось утром натощак. С помощью перцовой



C₂H₅OH

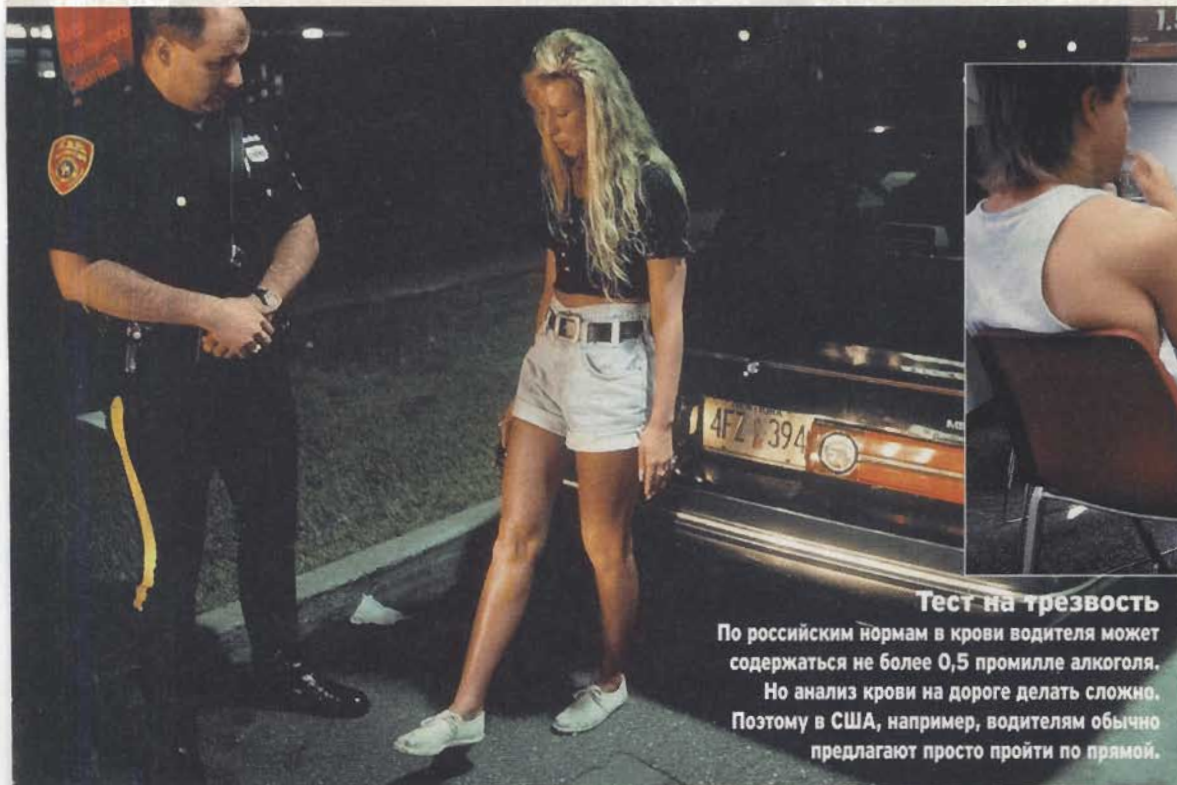
Так выглядит молекула этилового спирта – главного компонента алкогольных напитков. Спирт содержится в организме даже непьющих людей.

водки избавлялись от кашля и болей в горле. Существовала и «желудочная водка». Ее настаивали на гвоздике и корице и рекомендовали пить при язве желудка. Кстати, водка до сих пор считается единственным алкогольным напитком, который можно употреблять язвенникам. По крайней мере, она лучше, чем вино. В

вине, особенно сухом, содержится много кислот, которые противопоказаны при язве и гастритах. Водка же не так сильно раздражает слизистую оболочку желудка. Кроме того, *глоток водки перед обедом* стимулирует пищеварение. Как только алкоголь оказывается в желудке, начинает активно выделяться желудочный сок. Особенно полезно выпить водки в том случае, если вы собираетесь есть тяжелую жирную пищу. С помощью водки она лучше усвоится организмом.

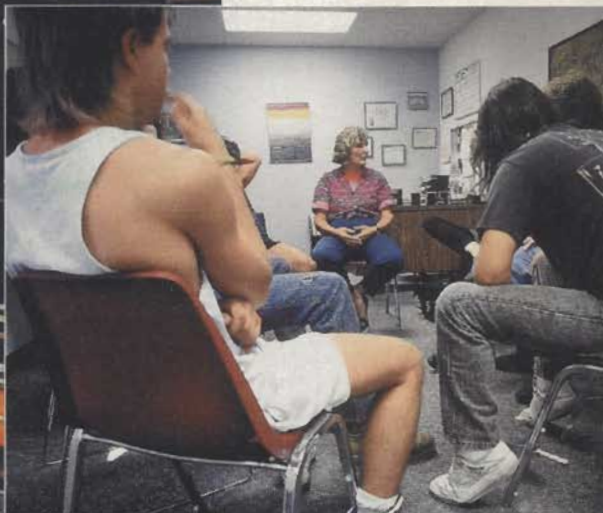
Не навреди!

Главное в алкогольной терапии – не увлечься процессом. ▶



Тест на трезвость

По российским нормам в крови водителя может содержаться не более 0,5 промилле алкоголя. Но анализ крови на дороге делать сложно. Поэтому в США, например, водителям обычно предлагают просто пройти по прямой.



Помощь и поддержка

На собраниях Общества анонимных алкоголиков люди помогают друг другу справиться с болезненным пристрастием к выпивке. Эта организация была создана в США в середине XX века.

Тест: не слишком ли много вы пьете?

Чтобы узнать, не употребляете ли вы алкоголя больше, чем нужно, ответьте на предложенные вопросы. Если вы ответили «да» на пять или более вопросов – вам следует задуматься.

- 1) Бывают ли у вас провалы в памяти после выпивки?
- 2) Вы часто думаете об алкоголе?
- 3) Пьете ли вы тайком?
- 4) Случались ли у вас запои?
- 5) Вы пьете по утрам?
- 6) Становитесь ли вы агрессивным после выпивки?
- 7) Стараетесь ли вы найти предлог, чтобы выпить?
- 8) У вас бывало похмелье?
- 9) Храните ли вы дома запас алкогольных напитков?
- 10) У вас дрожат руки?
- 11) Теряете ли вы интерес к пище после выпивки?
- 12) Считаете ли вы, что нужно продолжать пить до тех пор, пока не закончится все имеющееся спиртное?
- 13) Приходила ли вам в голову мысль о том, что пора бросить пить?
- 14) Вы предпочитаете встречаться с теми, кто пьет меньше вас?
- 15) Считаете ли вы, что самые лучшие идеи приходят в голову после выпивки?



Плохой признак
Если вы начинаете пить с утра, алкоголизм близок.

- 16) Вы нервничаете, когда в вашем присутствии говорят о вреде алкоголя?
- 17) Приходилось ли вам отрицать то, что вы любите выпить?
- 18) Страдал ли алкоголизмом кто-то из ваших родственников?
- 19) Приходилось ли вам пить одеколон, спиртовые настойки или другие непищевые виды алкоголя?

Вино помогает похудеть, а водка избавляет от язвы желудка

Ведь в больших дозах спиртные напитки приносят организму только вред. Главная опасность заключается в том, что обычно человек, начав пить, не может остановиться. Но, если вы хотите, чтобы алкоголь приносил вам только пользу, нужно научиться строго соблюдать дозировку.

Для любителей выпить врачи рассчитали так называемую циррогенную дозу. То есть дозу алкоголя, которую нельзя превышать, если вы не хотите заработать цирроз печени. Для здоровых мужчин она составляет 50 граммов спирта ежедневно (то есть 125 граммов водки или 450 граммов вина крепостью 11%). Женщинам следует пить еще меньше – к циррозу ведут уже 30 граммов спирта каждый день (то есть 75 граммов водки или 270 граммов крепкого вина). А людям до 21 года нужно и вовсе ограничиваться 15–20 граммами спирта. Если соблюдать это правило, алкоголь действительно будет

приносить вам только пользу и удовольствие.

Кроме того, ни в коем случае нельзя пить слабоалкогольные газированные напитки. Во-первых, от них быстрее пьянеют. Во-вторых, в их состав входит некачественный спирт и химические ароматизаторы. Такая выпивка даже в малых дозах не принесет организму ничего, кроме вреда. Не стоит увлекаться и коктейлями, состоящими из нескольких разных ингредиентов. Лучше отдавать предпочтение чистым напиткам. Так опьянение будет переноситься организмом легче, и похмелье не наступит.

Учитывайте это, когда будете готовиться к очередной вечеринке. И тогда воспоминания о празднике будут веселыми и радостными!

Мария Бахарева

Узнать больше

Ромашов М. Лечение водкой. М.: Вече, 2003
 Ингельхайм Ф. фон, Свобода И. Пейте на здоровье!
 Лечение вином. М.: Фаир-пресс, 2002
 Гудвин Д. Алкоголизм. М.: Олимп-бизнес, 2002
 The wine doctor
<http://www.thewinedoctor.com>