



Анатоліем Басовым
Рецепт блюда для читателей «МП» от заместителя председателя по экономике Крупного районного исполнительного комитета Татьяна Бранцевич



Фирменное блюдо

Жаркое из говядины с белыми грибами

Ингредиенты:
— 400 г филе говядины,
— 400 г белых грибов (отваренных),
— 1 луковица,
— 150 мл бульона,
— 1 ст.л. муки,
— соль,
— перец,
— растительное масло.
Мясо нарезать крупными кусками и обжарить до румяной корочки. Лук нарезать полукольцами и обжарить на растительном масле. Отдельно обжарить грибы, добавить муку, перемешать. Влить бульон, перемешать. К грибам добавить мясо и лук, посолить, поперчить. Тушить под крышкой 10–15 минут. Подавать жаркое с гарниром.

Приятного аппетита!

■ Наши

Марина АРЗАМАСОВА:

МЕДАЛЬ БЫЛА ОЖИДАЕМОЙ

Состоялось чествование бронзового призера в беге на 800 метров чемпионата мира по легкой атлетике в закрытых помещениях в польском Сопоте Марины Арзамасовой, которая выступает за Минскую область.

Юлия БРОЖИНА.

Начальник управления спорта и туризма Миноблсполкома Петр Ивашко поздравил спортсменку и пожелал ей удачи на следующих стартах. Он отметил, что на Минщине есть соответствующие возможности для развития легкой атлетики, и выразил уверенность, что к результату Марины Арзамасовой будут стремиться другие спортсмены. Кстати, Марина Арзамасова готовится к Олимпийским играм в Рио-де-Жанейро. Перед перемной чествования спортсменка рассказала корреспонденту «МП», как ей удается добиваться высоких результатов в спорте и одновременно быть любящей женой и заботливой мамой.

— Сезон для меня сложился очень хорошо. Все старты прошли удачно, а на основном — чемпионате мира в Польше — удалось финишировать с личным рекордом и занять призовое место, — прокомментировала свой успех девушка. — Если честно, медаль была ожидаемой. Возможно, будет сказано амбициозно, но рассчитывать на место повыше. Тем не менее рада, что проделанная с октября работа была правильной и труд был вознагражден. Хотелось бы сказать отдельно слова благодарности моему тренеру Наталье Станиславовне Духновой, которая всегда и во всем меня поддерживает.

Прямая речь

Наталья Духнова, заслуженный мастер спорта, тренер Марины Арзамасовой:

— Мне очень повезло с Мариной. Мы с ней работаем уже семь с половиной лет. Она целеустремленная, серьезная и легко обучаемая. Мы схожи с ней по темпераменту, можно сказать, понимаем друг друга с полуслова. В чем-то я у нее учусь, к примеру, собранности. Кстати, и мамы мы стали практически одновременно. Разница в возрасте между нашими детьми всего один день. Кроме того, Марина очень работоспособная. Мне даже приходится ее иногда просить немного отдохнуть. Она сопротивляется, говорит, по-другому не может.



Начальник управления спорта и туризма Миноблсполкома Петр Ивашко поздравляет Марину Арзамасову и ее тренера Наталью Духнову с бронзой чемпионки мира по легкой атлетике в закрытых помещениях.

чешский факультет. Мне хотелось получить не спортивное образование, потому что и так вся моя жизнь связана со спортом. Думаю, при желании смогу в будущем заниматься тренерской деятельностью. Но пока все мои планы связаны с соревнованиями.

О муже и дочке

В 2009 году я вышла замуж. Муж Илья тоже спортсмен, раньше тренировался с нами в группе, но уже закончил свою спортивную карьеру. Нашей дочке Александре сейчас 4 года. Думаю, вырастет спортсменкой. Сейчас ходит на танцы. Когда видит по телевизору фигурное катание или гимнастику, просит, чтобы ее туда отдали, но пока у меня нет возможности возить ее на тренировки. Когда я уезжаю на соревнования, дочка всегда мне говорит: «Занимай только первые места!». Правда, с этим чемпионатом мира только расстроила ребенка. Саша смотрела трансляцию и улыбалась, что я заняла третье место. Дома ей все пытались объяснить, что это очень хорошо, за это медали дают. А она отвечает, что любит, когда мама Кубки привозит.

О возвращении

В спорт я вернулась через месяц после рождения дочки. За время беременности набрала слишком много килограммов, не могла на себя даже в зеркало смотреть и была в постоянной депрессии. Но я знала, что у меня все получится в спорте. Уже через год начала ездить на международные соревнования и показывать хорошие результаты. Спасибо свекру и свекрови за постоянную помощь. Они нам очень помогают в воспитании ребенка, поэтому на соревнованиях я спокойная.

О хобби

Я очень люблю читать. Недавно открыла для себя двух новых авторов — француза Марка Леви и испанца Карлоса Руиса Сафона. Находилась под очень большим впечатлением, особенно от Леви. Даже плакала от его романов. Муж говорил, мол, хватит уже читать такие книжки, от которых расстраиваешься. Я сентиментальный человек, мне легко расплакаться даже при просмотре мультфильма, если там трогательный момент. И дочка у меня такая же.

Штодзённік

1 красавіка Сонца
Усход 6.43 Заход 19.46 Даўжыня дня 13.03
Месяц Маладзік 30 сакавіка

Імяныны

Пр. Дар'і, Дзмітрыя, Інакенція
К. Гражыны

Што было?



1431 — нарадзіўся французскі паэт Франсуа Віён
1557 — прыняты «Устаў на валокі», якім у Вялікім княстве Літоўскім была нарміравана зямельная рэформа, што праводзілася з канца XV стагоддзя
1778 — нью-арлеанскі бізнесмен Олівер Полак прыдумаў знак долара — \$
1809 — нарадзіўся пісьменнік Мікалай Гоголь
1934 — з'явіўся на свет расійскі тэлежурналіст Уладзімір Познер
1939 — дзень нараджэння беларускага навукоўцы Анатоля Федарука
1950 — створаны аркестр штаба Чырванасцяжнай Беларускай ваеннай акругі



Анекдот

Существуют две причины, из-за которых может тормозить компьютер: 1. Вирус. 2. Антивирус.

Фотограф на свадьбе:
— А где же счастливая пара?
— Вот невеста, а ее мама вышла.

Керлинг — самый зрелищный способ отполировать лед перед тем как на него выйдут настоящие спортсмены.

— Дорогая, я подарю тебе луну, солнце, звезды...
— Дорогой, а что, денег совсем нет?

Корыбежец из Анголы принес своей сборной медали... Где он их взял, никто не знает.

Поди пойми этих женщин: сначала пугают маму, что выйдут замуж, а потом пугают мужа, что уйдут к маме.

Ничто так не украшает квартиру, как маленький ребенок с фломастерами.

Фура с матрешками на полгоду парализовала таможенно.

Лунный календарь садово-огородных работ на апрель

Виды работ	Характеристика дней	
Посев и посадка любых культур	Недопустимые дни: 15, 22–24 у, 29	
Посев, посадка и пересадка овощей	Нежелательные дни: 8 в–10	
Посев, посадка овощных культур, цветов и другие виды работ	Недопустимые дни: 11–13 у	
	Лучшие дни	Хорошие дни
Капуста ранняя	1–3 у, 6–8 у, 13 в, 14, 30	16, 17, 20, 21, 24 в–26 у
Капуста поздняя	1–3 у, 30	16, 17, 20, 21
Кабачки	6–8 у, 13 в, 14	16, 17, 24 в–26 у
Картофель	18–21	1–3 у, 6–8 у, 13 в, 14, 30
Лук на перо	—	16–21, 26 в–28
Лук на репку	16–21, 26 в–28	—
Лук-чернушка на севок, лук-порей	16–21	1–5, 30
Морковь	16, 17, 24 в–26 у	1–3 у, 6–8 у, 13 в, 14, 30
Огурцы, патиссоны	6–8 у	16, 17, 24 в–26 у
Помидоры, физалис	6–8 у	16–19, 24 в–26 у
Перец сладкий	6–8 у	16–19, 24 в–26 у
Редис	16–21, 24 в–26 у	1–3 у, 13 в, 14, 30
Свекла столовая	16, 17, 20, 21, 24 в–26 у	1–3 у, 6–8 у, 13 в, 14, 30
Тыква	6–8 у, 13 в, 14	16, 17
Земляника ремонтантная	3 в–5	20, 21
Клубника	3 в–8 у	16, 17, 24 в–28
Астры, нарциссы, тюльпаны, георгины, гладиолусы	11–14	—
Посадка и пересадка комнатных растений	—	16, 17
Обрезка деревьев (недопустимые дни: 15, нежелательные дни: 10–14, 16–21)	24 в–26 у	—
Дни, благоприятные для уборки, благоустройства, украшения участка, дома, дачи	22–24 у	—

Примечание: буквой «у» рядом с цифрой обозначена первая половина суток с 0 до 12 часов, а буквой «в» — вторая половина суток с 12 до 24 часов.

Календарь рыбака

АПРЕЛЬ

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Синими клетками обозначены дни, когда активность рыбы обещает наилучший клев. Светло-синими клетками обозначены дни средней интенсивности клева рыбы.

Весна в разгаре, и ничто ее уже не остановит. Если порой и бывает ненастный денек, это уже не в счет. Вся природа оживает. Трудно сейчас увидеть дома — тянет на свежий воздух, к воде. А для рыболовов-любителей суцзя благо-

даты светает рано, день долгий и его продолжительность растет. В водоемах после зимы изголодавшаяся рыба жадно хватается различные приманки. Однако нельзя забывать, что в реках и озерах Беларуси продолжается нерест рыб. В этот период необходимо строго соблюдать правила любительского рыболовства (разрешается закидывать удочку или спиннинг только с одним крючком в светлое время суток и лишь с берега, за пределами мест нереста).

Рыболовы соскучились за зиму по летним снастям и получают от ловли на удочку в проводку немало удовольствия. На небольшой крючок обычно наживляется мотыль, опарыш или червяк. Лесу толще 0,2–0,25 мм применять не стоит, поплавок лучше маленький, веретенообразный. А вот удильце желательно выбрать легкое и длинное. Приманку забра-

сывают в намеченное место и дают ей плыть по течению мимо водной растительности, на границе быстрого и замедленного течения. В таких местах интересна ловля плотвы, подлещика, язя, голавля, пескаря. Удачной бывает в апреле и ловля хищной рыбы. Правда, клев щуки несколько ухудшается в связи с нерестом, но к концу месяца щука, как правило, активизируется.

Предостережение, конечно, ловить на малька. Стоит и поблещить с помощью спиннинга на узкие летние блесны, проводя их медленно и близко от дна. С успехом в это время можно «поохотиться» и на полосатого хищника — окуня. В утренние и вечерние часы мелкого и среднего окуня вернее всего поймать ближе к отмели, а вот крупный все еще продолжает придерживаться более глубоких мест. В любом случае — весенней удачи вам, любители рыбалки!

Наиболее благоприятные дни: 3, 7, 12, 23, 26, 29 апреля.

Астропрогноз на апрель

ПОВЕЗЕТ В ЛЮБВИ И БИЗНЕСЕ

Апрель обещает быть успешным как для личных отношений, так и для дел, связанных с бизнесом и финансами. Однако удачи можно будет добиться не напористостью и упрямством, а лишь благодаря трудолюбию и старательности. Второй месяц весны принесет везение в любви только тем, кто умеет ценить хорошее отношение и отвечает на него взаимностью.

Овен. Звезды советуют несколько снизить деловую активность и сосредоточиться на выполнении только самых важных и неотложных дел. Появится шанс больше зарабатывать, — возможно, вам предложат более высокооплачиваемую работу или вы решите открыть собственное дело. Важно, чтобы вы брались только за то, в чем действительно компетентны, иначе вместо прибыли понесете убытки. В личных отношениях некоторой застой.
Телец. Апрель принесет всевозможные успехи — но лишь в случае, если займете активную жизненную позицию и не станете откладывать в долгий ящик дела, которые можно сделать уже сегодня. Не бойтесь перемен — откройте себя для всего нового, будь то любовное увлечение, проект или друзья. Если же будете бояться перемен и бежать вслед уходящему поезду, то и поезд не догоните, и новые перспективы упустите.
Близнецы. Будет несрочно найти выход из ситуации, которые могут возникнуть в этом месяце. Вы сможете заглянуть в сокровенные мысли и чувства и совершить опрометчивые поступки, за которые впоследствии будет ветолю.

Будь в курсе!

ГОРОСКОП СТРИЖЕК

1 апреля (3-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Тельца). Стричь волосы нельзя ни в коем случае — это очень опасно для здоровья. Также не рекомендуется их обесцвечивать, можно только окрашивать натуральными красителями.
2 апреля (4-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Тельца). Если вы пострижете, весь день будете ощущать беспочвенные страхи. Окрашивать волосы можно, но если вы решились на радикальное изменение цвета, лучше перенести эту процедуру на другой день.
3 апреля (5-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Близнецов). Очень хорошее время для стрижки волос — вы вскоре можете заработать. Покрасив волосы в светлые тона, сможете заключить выгодный контракт.
4 апреля (6-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Близнецов). Неблагоприятное время для стрижки: могут появиться проблемы со здоровьем. Окрашка волос также не рекомендуется. Волосы в этот день лучше совсем не трогать.
5 апреля (7-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Близнецов). Если вы сделаете стрижку, можете поспорить со своим единомышленниками. Хорошее время для окрашивания волос, возможно даже радикальное изменение цвета.
6 апреля (8-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Рака). Стрижка привлечет к вам удачу, улучшит самочувствие. Однако красить волосы нельзя, это может испортить вашу репутацию.
7 апреля (9-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Рака). Лучше не стричь волосы, чтобы не привлечь к себе болезни. Окрашивать волосы можно только в светлые оттенки.
8 апреля (10-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Льва). Стрижка не принесет вам удачу. Волосы можно окрашивать только натуральными красителями. Это поможет укрепить иммунитет.
9 апреля (11-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Льва). Если вы хотите видеть свою жизнь более яркой и интересной, обязательно сделайте в этот день стрижку. Окрашка волос также разрешается. Если окрасите волосы в золотистые оттенки, это позволит получить прибыль в недалеком будущем.
10 апреля (12-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Льва). Стрижка не рекомендуется. Она способна повлиять на судьбу, причем неблагоприятным образом. Если покрасите волосы натуральными красителями, вас ждет успех.
11 апреля (13-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Девы). Это самый благоприятный день для стрижки волос. Она принесет волосам здоровье и повысит вашу внешнюю привлекательность. Но окрашка волос не рекомендуется.
12 апреля (14-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Девы). Очень благоприятное время для стрижки волос. Удача ждет вас практически во всем. Волосы можно окрашивать только щадящими, желательными натуральными красителями.
13 апреля (14-е лунные сутки (до 17.29)). Растущая Луна в знаке Весы). Благоприятное время для стрижки волос — она принесет здоровье. Окрашивать волосы лучше всего натуральными красителями.
14 апреля (15-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Весы). Стрижка волос не рекомендуется. В противном случае вас ожидает головная боль. Краситься можно натуральными составами и только в темные цвета.
15 апреля (16-е лунные сутки). Луна в знаке Весы. Время полнолуния). Неблагоприятный день для стрижки волос. Возможны проблемы со здоровьем. Волосы лучше всего покрасить в темные цвета.
16 апреля (17-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Скорпиона). Не самое лучшее время для стрижки волос. Возможны мелкие травмы и небольшие недомогания. Красить волосы лучше в светлые и яркие оттенки, чтобы сохранить нормальные отношения с окружающими.
17 апреля (18-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Скорпиона). Лучше не стричь волосы. Это может привести к потере крупной суммы денег или чего-то ценного для вас. Красить волосы разрешается, но только в тот цвет, который повлияет на вас позитивно.
18 апреля (19-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Стрельца). Хороший день для стрижки волос. Окрашивать волосы в натуральный цвет — значит привлечь к себе нужных людей.
19 апреля (20-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Стрельца). Неблагоприятное время для стрижки волос, лучше ее отложить. Окрашка волос также не рекомендуется.
20 апреля (21-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Козерога). Стрижка принесет удачу и благополучие. Волосы можно окрашивать только в светлые и яркие тона. Этот привлечет к вам «светлых» людей.
21 апреля (22-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Козерога). Стрижка может способствовать появлению лишнего килограмма веса, так что решайте сами. Красить волосы можно только в естественные и натуральные оттенки.
22 апреля (23-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Водолея). Время последней четверти). Это неблагоприятный день для стрижки волос, поскольку вы можете привлечь к себе негативную окружающую энергию. Красить волосы можно только натуральными красителями.
23 апреля (24-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Водолея). Самый плохой день для стрижки волос, поэтому в парикмахерскую лучше не ходить. Красить волосы тоже не рекомендуется.
24 апреля (25-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Рыбы). Лучше отложить стрижку на другой день, чтобы избежать проблем со зрением и здоровьем глаз. Окрашивать волосы лучше натуральными красителями.
25 апреля (26-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Рыбы). Самый благоприятный день для стрижки из всего лунного цикла. Стрижка волос подарит вам только радость. Если вы окрасите волосы в естественные оттенки, это поможет найти общий язык с окружающими.
26 апреля (27-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Овна). Просто идеальный день для того, чтобы полностью изменить свой имидж, поэтому вы можете радикально изменить цвет волос.
27 апреля (28-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Овна). Если сделаете стрижку волос, у вас не будет отбоя от противоположного пола. Однако красить волосы не стоит.
28 апреля (29-е лунные сутки). Убывающая Луна в знаке Овна). Стрижка не рекомендуется. Окрашка волос тоже стоит перенести на другое время, чтобы избежать финансовой нестабильности.
29 апреля (30-е и 1-е лунные сутки). Луна в знаке Тельца, Времени новолуния). Стрижка волос привлечет к вам неудачу. Окрашка волос увеличит вашу зависимость.
30 апреля (2-е лунные сутки). Растущая Луна в знаке Тельца). Стрижка волос может негативно повлиять на ваши взаимоотношения с окружающими. Для окрашивания волос лучше использовать только натуральные составы, также подойдут оттеночные пенки и муссы.