

Сбитня пихтового - не было никогда. Ни в древней истории, ни в новейшей, ни между ними на протяжении тысячелетий. Пихтовый отвар, похоже, был всегда. Есть свидетельства, что им укреплялись и исцелялись еще шумеры и древние китайцы и высоко ценили его. Простой сбитень (не пихтовый) – популярнейший в прежние времена горячий напиток, в основе которого - мед и пряности. Первые упоминания о сбитнях датируются X веку, однако, своего расцвета на Руси они достигли в XVII–IXX вв. с появлением доступных и разнообразных пряностей. В поздние времена в сбит-

Щедровский И. С.

Сбитенщик. XIX век

Литография. 29,9 x 32,8 (лист); 25 x 27,5 (из.)



ни стали добавлять жженный сахар и патоку. А так как сахар в то время был не дешевле меда, то не из экономии

Сбитенщики торговали горячим сбитнем вразнос по базарам и другим людным местам, а замерзший народ согревался им, предохраняясь от простуды и душевной хвори медовой сладостью и жгучей пряностью. Готовили сбитни из меда, заморских и местных

пряностей, а разносили в специальных, похожих на самовар устройствах – сбитенниках и пили горячими из специальных стаканчиков с отогнутыми, чтобы не обжечься, краями.. Есть мнение, что своим появлением самовар обязан именно сбитеннику. (По кн.: В. М. Ковалев, Н. П. Могильный «Русская кухня: традиции и обычаи», М., 1992).

Чаще всего сбитни варили, добавляя в воду необходимые количества сладостей (патока, сахар, мед) и пряностей и по готовности пили или несли продавать. Мы пошли по пути приготовления сиропа концентрирующего в себе все компоненты сбитня. Сироп может храниться сколько угодно долго, а при желании испить сбитня надо только небольшое его количество развести в кипятке. Это не наша идея. При изучении истории сбитней нами обнаружен один рецепт приготовления «сбитенного припаса» аналогичного нашему сиропу.

Основными действующими сущностями традиционных сбитней являются сладость и жгучая пряность. Нами сбитень выбран как наиболее гармоничная пищевая основа для весьма полезного, но не удобного в употреблении водного экстракта хвои пихты сибирской, определяющего **ЦЕЛЕБНУЮ** сущность нового напитка – **СБИТНЯ ПИХТОВОГО**.

В официальной и нетрадиционной медицине экстракт (настой, отвар) из пихты сибирской рекомендуется и успешно используется для повышения устойчивости и выносливости организма в неблагоприятных условиях, при повышенной физической нагрузке, повышенной утомляемости, авитаминозах, инфекционных простудных заболеваниях. Употребление пихтового экстракта стимулирует процесс кроветворения, регенерации, активизирует работу иммунной системы. Экстракт обладает антимикробным, противовоспалительным, гепатопротекторным, противоязвенным действием, подавляет развитие гнилостных бактерий. Установлено, что экстракт пихты сибирской способствует снятию похмельного синдрома. Вероятно, главной действующей



субстанцией водного пихтового экстракта является мальтол (3-гидрокси-1,2-метил-4-пирон). Именно с ним самые современные исследования связывают благотворное влияние на организм (прежде всего эффект замедления старения и продления жизни) женьшеня и пассифлоры (страстоцвет), в которых он как и в пихте (0.9%) содержится в значительном количестве.

Сладость имеет прямое отношение к главной проблеме современности и источнику основных хронических заболеваний –



психогенному стрессу. Имеются научные доказательства того, что сладости обладают выраженным антистрессовым действием. Многие (чаще женщины) бессознательно приходят к тому, что однократное употребление чего-нибудь сладкого на некоторое время приводит в благодушное состояние и приносит расслабление, прогоняя хандру и тревогу –

непрерывных спутников стресса. Но при этом образуется порочный круг. Повторяющиеся психические нагрузки снова и снова приводят к стрессу, с его тоской и тревогой, заканчивающемуся истощением нервной системы с набором известных хронических телесных недугов. Употребление сладкого на некоторое время решает эту проблему. Но большинство использует этот способ релаксации (отдых, расслабление) – употребление сладкого как основной, а это в свою очередь рано или поздно приводит к ожирению – дополнительной причине психогенного стресса. Одна из задач, возлагаемых нами на сбитни – разорвать этот круг, дать сладкое средство борьбы со стрессом без побочных явлений, таких как ожирение. В наших рецептурах растворимые углеводы меда и сахара выполняют только роль консервантов и содержатся в небольшом количестве. Сладость продукту сообщается экстрактом стевии - (*Stevia Rebaudiana* Bertoni) – растения из Южной Америки, единственного общепризнанного сахарозаменителя не только абсолютно безопасного, но и обладающего целебными свойствами. На протяжении столетий индейцы племени Гуарани на территории современных Бразилии и Парагвая применяли в пищу некоторые виды стевии, в особенности *Stevia*

gebaudiana, которую они называли ka'a he'ê («сладкая трава»), в качестве подсластителя к мяте и другим медицинским чаям, для лечения изжоги и других болезней. В последнее время на стевию, как на сахарозаменитель, вновь обратили повышенное внимание в связи с возросшими потребностями низкоуглеводной и низкосахарной диеты. В качестве сахарозаменителя её широко применяют в Японии, а в США и Канаде используют как пищевую добавку. Медицинские исследования также показали хорошие результаты использования стевии для лечения ожирения и гипертонии. В 1931 году французские химики М. Бридель и Р. Лявей выделили из стевии гликозиды, которые и придают стевии сладкий вкус. Экстракты получили название стевииозиды. Экстракт стевии - самый ценный натуральный подсластитель из имеющихся в мире, употребление которого позволяет человеку вести активный образ жизни вплоть до глубокой старости.

Пряность, острая и жгучая, является характерной чертой сбитней. В старину пряность сбитням придавали ароматными травами – лавровым листом, шалфеем, мятой, душицей, зверобоем, анисом, хмелем. Позднее, в XVIII – XIX веках, появление на Руси заморских специй – гвоздики, корицы, имбиря, муската, душистого перца сделало сбитни разнообразнее и продлило их существование в конкуренции с чаем и кофе.

Общим свойством для всех пряностей является повышение антидепрессантного, противострессового действия сладких субстанций за счет улучшения вкуса комплексного продукта. В нашем случае пряности наряду со стевией позволяют снизить количество сахаров в сбитнях до безопасного количества, сохранив его сладким и вкусным. По отдельности пряности обладают многими полезными свойствами, которые они сообщают и продуктам, в состав которых входят:



Гвоздика (*Syzygium aromaticum* L.) - широко применяется как пряность. Тинктуру прописывают при инфекционных заболеваниях кожи, нарушениях пищеварения, для облегчения родов и как обезболивающее. Гвоздичный чай помогает при тошноте. Действие: обезболивающее, антигистаминное, противоревматическое, антиоксидантное, антиспазматическое, бакте-

рицидное, дезодорирующее, потогонное, мочегонное, фунгицидное, тонизирующее, заживляющее.

Имбирь лекарственный (*Zingiber officinale* Rosc.) является древней и самой популярной восточной пряностью. По частоте использования в традиционной медицине стран Восточной Азии имбирь занимает пятое место среди 30 элитных растений.

Имбирь обладает высокими антимикробными (в отношении стрептококков, стафилококков и пневмококков) и противогрибковыми свойствами.

В Индии и Китае имбирь применяют как универсальное лекарство, стимулирующее, смягчительное, подавляющее тошноту, метеоризм, боли и воспаление суставов, спазмы в брюшной полости и при женских заболеваниях. Исстари у этих народов он является первейшим средством при обмороках, шоке,

как препарат, улучшающий кровообращение, функции желудка, повышающий кровяное давление, при бессоннице, острых отравлениях, бронхиальной астме и многих других случаях нездоровья.

Считается, что при регулярном употреблении небольших количеств имбиря обостряется разум.

В современных исследованиях показана его эффективность как иммунокорректора при пониженном иммунитете у длительно болеющих детей и взрослых, при проведении химиотерапии, при рассеянном склерозе, в педиатрии — при задержке психомоторного развития, а также при туберкулезе, хроническом бронхите, при инсультах, параличах, нарушении памяти, головной боли, при гипотиреозе (в сочетании с корнем солодки), в комплексном лечении дисбактериоза, при импотенции, заболеваниях почек и при многих других расстройствах.

Корица (*Cinnamomum zeylanicum* (Blume) — на Востоке ее использовали в

течение тысячелетий для лечения различных недугов, например, простуды, гриппа, ревматизма, болезней почек, при нарушениях оварияльного цикла у женщин.

Корица улучшает пищеварение и укрепляет желудок. Ее используют как стимулирующее, тонизирующее и антисептическое (антибактериальное, противовирусное и противогрибковое) средство. Она обладает способностью стимуляции периферического кровообращения. Это прекрасное потогонное и смягчительное средство при ОРВИ и гриппе. Ослабляет зубную и мышечную боль. В сборах корицу применяют при депрессии, неврозах, при снижении памяти, умственной работоспособности, при возрастном изменении психики, энцефалопатиях, рассеянном склерозе, в постинсультном периоде, при гипотрофии, снижении аппетита, при туберкулезе лег-



ких, хроническом бронхите, при нарушении периферического кровообращения, и как средство усиливающее действие лекарств. В индийской медицине корица, подобно имбирю, считается почти универсальным лекарственным средством.



Бадьян (*Illicium verum* Ноок f.) - традиционно широко применяется как пряность. Непременный компонент традиционных сбитней. Наличие летучих масел делает его полезным при сухом кашле и бронхитах, детских простудных заболеваниях, метеоризме, коликах.

Мускат (*Myristica fragrans* Houutt.) – весьма популярная пряность. В течение многих веков используется также для лечения заболеваний желудка и почек. В Малайзии его употребляют во время беременности - для укрепления мышц матки.

Установлены обезболивающее, антиоксидантное, противовоспалительное, противомикробное, антисептическое, вяжущее, заживляющее, противоревматическое действия. В домашних условиях используют при артрите, подагре, мышечных болях, несварении желудка, метеоризме, бактериальных инфекциях. Употребляют и как афродизиак, и как средство от укачивания.



Мята перечная (*Mentha piperita* L.) – восстанавливает силы, устраняет нервно-эмоциональное напряжение и нервозность вследствие дефицита сна. Уменьшает реактивность кожи на нервное перевозбуждение или контакт с раздражающими веществами, повышает защитные функции эпидермиса, выравнивает цвет кожи.

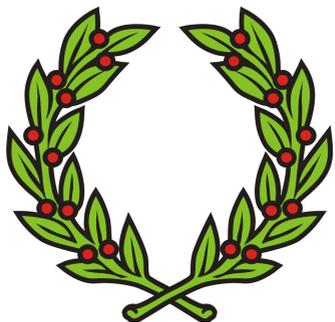
Оказывает спазмологическое воздействие на сосуды головного мозга при головокружении, тошноте, укачивании в транспорте. Помогает при изжоге, облегчает состояние при спазмах желудка и кишечника. Устраняет сердечные боли, нормализует работу сердечной мышцы. Обладает противовирусной активностью.

Шалфей лекарственный (*Salvia officinalis* L). В средние века шалфей лекарственный был самым желанным и любимым растением в аптечных огородах монастырских садов. Позже шалфей перебрался и в частные сады, где прочно завоевал свое место среди лекарственных растений и растений, используемых в качестве кулинарных добавок. Древние медики Гиппократ, Диоско-



рид и др. считали шалфей “священной травой” и самым полезным лекарством, особенно при бесплодии женщин. В Египте после эпидемий принуждали женщин употреблять в пищу шалфей, чтобы умножить скорее народ. Шалфей лекарственный применяется как целебное средство в виде чая женщинами при нарушениях цикла, для усиления возможности зачатия и для прекращения лактации во время окончания грудного вскармливания. В период климакса траву шалфея используют против различных недомоганий, связанных с этим периодом. Траву шалфея также используется и при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при расстройстве желудка; в виде полосканий при инфекциях верхних дыхательных путей и при воспалениях десен, гортан и полости рта.

Лавр благородный (*Laurus nobilis* L.). Целебные свойства лавра известны также издревле. Его летучие ароматические вещества подавляют развитие туберкулезной палочки и в целом повышают иммунитет.



Чтобы избавиться от стоматита, иногда достаточно пожевать лавровый лист. Рекомендуется принимать лавр и в профилактических целях - почувствуете, как окрепли, станет легче дышать, будете меньше уставать.

Есть сведения, что лавр помогает при ревматоидном артрите и диабете. А также при стоматите, болях в суставах, потливости, гайморите.

Душистый перец (*Pimenta officinalis* L.) – популярная приправа, так как сочетает в себе вкус гвоздики, можжевельниковых ягод, корицы и перца. Используется при несварении желудка и наружно при невралгических или ревматических болях. Перечная вода - компонент лекарственных препаратов для лечения диспепсии и запоров. Обладает анестезирующим, антиоксидантным, антисептическим, стимулирующим и тонизирующим действием.



Сдавних пор было замечено, что человек, употребляющий пряные приправы, выглядит более привлекательно, становится более жизнерадостным, активным и выносливым, в его глазах появляется блеск, у него улучшается настроение, повышается умственная и физическая работоспособность. Изменяется отношение к жизни: пессимисты становятся оптимистами.

Еще замечено, что такие люди становятся более приятными для окружающих. Это происходит потому, что часть употребленных с пищей эфирных масел не усваивается, а выводится с дыханием и через кожу, незримо создавая вокруг человека ауру благоухания.

Помимо повышения привлекательности, это обеспечивает защиту от инфекций, передающихся воздушно-капельным путем. Так что расширение круга общения за счет привлекательности такому человеку не повредит, даже в условиях эпидемии гриппа, например.

Нами выпускается две формы сбитня:

- **Сбитень пихтовый с прополисом и имбирем,**
- **Сбитень пихтовый с прополисом и шалфеем.**

Они идентичны. Только в первом содержится повышенное содержание экстракта имбиря, а во втором — шалфея.

Повышенное содержание имбиря делает употребление этого сбитня актуальным при необходимости повышения внимания, скорости реакции и подавления укачивания, тошноты и болезненных ощущений во время месячных. Эта форма сбитня обладает выраженным жгучим вкусом и хорошо согревает во время прохладной погоды.

Шалфей в составе второй формы сбитня обеспечивает мобилизацию защитных сил организма против инфекционных заболеваний, особенно верхних дыхательных путей и полости рта, также нормализует менструальный цикл и устраняет болевые ощущения, в некоторых случаях помогает справиться с бесплодием. По вкусу это мягкий продукт. Его очень обычно любят дети.



Прополис – это уникальный продукт, который создают пчелы из клейких веществ, выделяемых почками деревьев. Прополис обладает широким спектром воздействия на весь наш организм, но основное его свойство – это антимикробное действие на. Прополис способен подавлять активность и уничтожать широкий спектр микроорганизмов, включая туберкулезную палочку, вирусы, простейшие (трихомонады), грибки (трихофития), кандидоз, вирусы гриппа и гепатита. При всем при этом прополис не оказывает губительного действия на родную микрофлору организма-человека, сохраняет ее в целостности и сохранности. Поэтому при использовании прополиса никакого дисбактериоза не будет, в отличие от любимых антибиотиков.

Сбитень можно давать детям. Это предохранит их от случайного заражения различными инфекциями в детском саду или школе.

Сбитень, при всей его оздоровительной полезности, не является лекарством и может широко употребляться как здоровая альтернатива кофе (особенно растворимому), чая (особенно не свежезавав-

ренному) и другим напиткам (особенно подслащенным и окрашенным).

ЧЕМ ПОЛЕЗЕН СБИТЕНЬ ПИХТОВЫЙ? Сбитень эффективно устраняет последствия различных авитаминозов, улучшает сон и настроение, повышает работоспособность при астеническом синдроме, устраняет последствия стоматита, нормализует давление при вегетососудистой дистонии, устраняет болезненные ощущения у женщин и нормализует цикл при месячных, но главное то, что он предохраняет от всевозможных инфекций, начиная от обычной простуды и заканчивая вирусными и бактериальными инфекциями, поражающими кишечник и другие органы.

Сбитень поставляется в компактной упаковке для частного употребления (220 мл или 10 мл) и оптовой упаковке для использования в системе общепита – кафе, рестораны и предпринимателей, проникшихся идеей возрождения старой Русской традиции согреть прохожих в непогоду сладким, пряным и целебным сбитнем



ИПК «АБИС»,
Россия, 630559, Новосибирская область, Новосибирский р-н,
Наукоград Кольцово, а/я 182,
пром. площадка ФГУН ГНЦ ВБ «Вектор»,
тел./факс: (383)-354-11-03, 354-11-04, 354-11-05,
тел.: 299-32-51
www.sib-abies.ru