

# Не пить кофе, шоколаду, какао и пива...

## ПОПРОБУЕМ ПОСТИТЬСЯ ТАК, КАК ВЕЛЕЛА ЕЛЕНА ИВАНОВНА

Публицистка Молоховец боролась за нравственность народа, права женщин и гигиеническое ведение домашнего хозяйства. Составленные ею реестры скоромных и постных блюд — один из якорей, брошенных на спасение православно-русской семьи. Большинство россиян во время Великого поста не накладывают на себя ограничений в питании, но активно празднуют Пасху — куличами и крашеными яйцами.

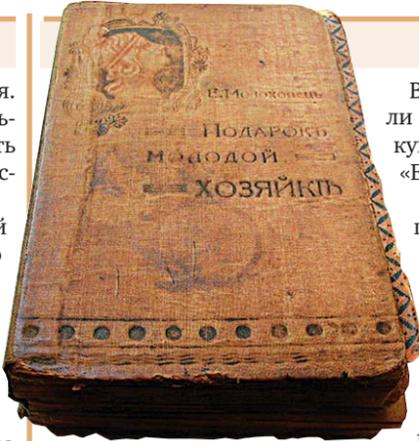
### ВЦИОМ ДОКЛАДЫВАЕТ

Каждый год по итогам Великого поста всезнающий Всероссийский центр изучения общественного мнения докладывает, как на самом деле обстоят у нас дела с истовостью в соблюдении православных обычаев. В минувшем 2012 году 13% россиян частично придерживались ограничений, налагаемых постом, и всего 4% соблюдали его полностью. Большинство опрошенных сохраняли в пост обычный режим питания (75%). И при том большинство (68%) на широкую ногу праздновали Пасху — красили яйца, пекли куличи, устраивали застолья. Повсеместно забывая, правда, делать подарки бедным и обездоленным. Даже близким людям пасхальные подарки намеревались преподнести всего 11% опрошенных, а донесли ли их — статистика этот приватный момент не выясняла.

### СОЦСЕТИ И ТВОРОГ «ЛАДАН»

Великий пост-2013 начался 18 марта, завершится 4 мая. В его канун представители РПЦ призвали паству отказаться от развлекательной информации, в том числе перестать убивать время в соцсетях, а отдать его серьезному искусству, молитве, неспешному общению с близкими.

Соцсети откликнулись образованием групп «Великий пост» — в них устремились реклама специального меню всех сетевых предприятий общепита. Рекламируют постные борщи, гречку с опятами, овощное рагу, салат «Греческий» с сыром тофу, свежевыжатые соки. Пост — отличный маркетинговый ход. Супермаркеты сделали приоритетные выкладки вегетарианских продуктов. В прошлом году корреспонденту «ВП» посчастливилось увидеть на полке одного магазина даже творог под названием «Ладан» — наверняка фальсификат. Трудно поверить в то, что возможно сделать заменитель творога из смолы ладанного дерева *Boswellia sacra*.



Позднее выходили ее «Гигиенические советы русскому народу», сборники врачующих средств, доступных беднякам. Как публицистка, она исследовала проституцию в городах. Составляла советы «Якорь спасения для посягающих на безверие, убийство, самоубийство и крайнюю безнравственность». Защита и развитие темы «православно-русской семьи» — также одна из ипостасей творчества Молоховец. Скончалась Елена Ивановна в Петрограде в 1918 году военного голода и красного террора. Вот такая кухня скрывается за ее книжкой рецептов — по тиражам в России, вероятно, не уступающей Библии.

### ГРАФИНЯ ИЛИ ПОЛКОВНИК?

В советские времена бытовали легенды, будто Молоховец — это псевдоним то ли некоего гурмана-полковника, то ли шеф-повара одного из ресторанов Москвы купеческой. При дефиците даже докторской колбасы как анекдот цитировали: «Если внезапно нагрянули гости, пошлите кухарку в подвал за окороком».

В первые постсоветские годы издатели завалили прилавки кулинарными книгами «От графини Молоховец». Нередко столь же фальшивыми, как и этот титул.

Между тем Елена Ивановна Молоховец — реальная фигура, из когорты деятельниц Отечества. Смолянка, жена путейца Франца Молоховца, изобретавшего новые системы постройки российских железных дорог. Первая ее книга вышла, когда г-же Молоховец было 30 лет, — как общественно значимую ее издало курское губернское правление: это было наставление молодым дамам по разумному ведению хозяйства, даже с планами домов. И случилось это в рубежном 1861 году отмены крепостного права и начала гражданских реформ в России. Гражданская позиция Елены Ивановны была: нести просвещение в массы.

Градская позиция Елены Ивановны была: нести просвещение в массы. Гражданская позиция Елены Ивановны была: нести просвещение в массы.

## ДЕМОКРАТИЧНЫЙ ПОСТНЫЙ ОБЕД ОТ МОЛОХОВЕЦ (на 6 персон)

### Лабардан, или «Треска»

30 штук вареного в мундире картофеля очистить, остудить, изрубить мелко, смешать с 2 изрубленными селедками, всыпать зеленого и белого лука, развести слегка рыбным или грибным бульоном, придать форму продолговатой булки, облить горчичным соусом (мелкими маринованными огурчиками, цветной капустой и т. д.), грибами и непременно мелко изрубленным луком в объеме 1 стакана.

### Французский суп из пива

На 2 бутылки хорошего пива влить 2 стакана воды, положить 1 стакан сахара, чайную ложечку тмина или лимонной цедры, вскипятить, подавать с греночками из кисло-сладкого хлеба с изюмом.

### Лещ, фаршированный кислой капустой

2 — 3 стакана кислой капусты промыть, отжать, добавить 1 мелко изрубленную и поджаренную луковичку, 3 — 4 зерна толченого черного перца, можно прибавить 2 — 3 мелко нарезанных очищенных яблока. Размешать, нафаршировать массой очищенного и солью натертого леща весом в полтора килограмма. Зашить. Положить на сковороду, смазанную постным маслом. Осыпать рыбу мукой, облить маслом и запекать в духовке, почаще обливая стекающим соусом.



### Репа со сладким фаршем

6 — 9 нечищенных реп отварить в воде, срезать верхушку, выбрать ложкой середину, растереть ее с 2 — 3 ложками орехового масла, положить 3/4 стакана тертой булки, немного соли, куска 3 — 4 сахара, щепотку мускатного ореха, 1/3 стакана изюма, 2/3 стакана вина. Размешать, нафаршировать репу, накрыть срезанной верхушкой, смазать медом, осыпать сухарями, поставить в духовку на запекание.



### Десерт

Свежие ягоды с сахаром и вином, кисели, компоты.

Подготовила Алла ДМИТРИЕВА

