



Овощи без характерного запаха должны вызывать подозрение.

ВЫБИРАЕМ...

...КЛУБНИКУ

● Попросите у продавца разрешение попробовать ягоды и понюхайте их. Если они неароматны, вполне вероятно, что созрели они искусственно. То есть с помощью химии.

● Обратите внимание на внешний вид ягод. Они должны быть сухими, ярко-красными, упругими, блестящими. Если на клубнике вы заметили темные пятна, они также могут свидетельствовать о присутствии химикатов.

● Зеленые, незасохшие и неувядшие хвостики означают, что клубника свежая.

● Слишком темный цвет ягод может означать, что они обработаны селитрой.

● Большие ягоды — не значит, что они напичканы нитратами. Нитраты могут содержаться и в небольших ягодах. Обращайте внимание на емкость, в которой хранят клубнику: если ягода оставляет пятна сока на коробке — это признак, что ее обрабатывали химикатами.

...ПОМИДОРЫ

● Считается, что чем тоньше кожура у помидоров, тем больше нитратов в них содержится. Кожура должна быть в меру толстой. С другой стороны, если кожица слишком толстая, проведите тест, надавив пальцем на кожуру: если она не лопается, а от пальца остается вмятина, такой овощ выращен с помощью обильного применения химии.

● Наличие белой мякоти или белых прожилок на срезе помидора — признак высокого содержания в нем нитратов. Лучше покупать ярко-красные помидоры. Таковыми они должны быть и изнутри.

● Важный признак — характерный аромат. Помидоры без запаха должны вызывать подозрение.

● Если помидоры продаются на ветке, она должна быть не засохшей, а свежей, иметь зеленый цвет. Значит, помидоры сорваны не так давно.

...ОГУРЦЫ

● Понюхайте огурцы: если они не имеют запаха, лучше отказаться от покупки. Ощупайте поверхность овоща: если она мягкая, вялая — огурец несвежий (кстати, таких овощей сегодня много в продаже).

● Поверхность у огурца должна быть упругой. У длинноплодных огурцов, лишенных шипов, — блестящей.

● Если огурчик с шипами, проведите по ним пальцами. Если шипы нечастые, тонкие, нежные — перед вами здоровый овощ. Если шипы грубоватые, очень часто расположены, кожура имеет темно-зеленый цвет — скорее всего огурец был выращен с применением химикатов.

...КАПУСТУ

● Покупая капусту, внимательно осмотрите и ощупайте кочан. Здоровая капуста имеет плотные листья. Основание листа у кочерыжки должно быть тонким. Толстые листья свидетельствуют о перенасыщении нитратами.

● Капуста без нитратов весит намного больше, чем та, что выращена с применением вредных удобрений.

● Темные пятна и точки на листьях свидетельствуют о заболевании растения. А также о наличии в нем нитратов.

...КАБАЧКИ

● Кабачки желательно покупать незрелыми. Они нежнее на вкус и легки в приготовлении. Оптимальный размер кабачка — от 12 до 20 см. Вес — 100 — 200 граммов.

● Осмотрите кожу кабачка. На ней не должно быть царапин, вмятин и других повреждений. Они могут привести к скорой порче.

● Кабачки храните в холодильнике. Не следует их мыть перед тем, как уложить в полиэтиленовый пакет и поместить на нижнюю полку холодильника. Хранить молодые кабачки можно не дольше недели.

Фото Наталья ЧАЙКИ

ХИТ МЕСЯЦА

Солнцем полна голова...

ГДЕ БЫ ВЫ НИ ПРОВОДИЛИ СВОЙ ОТПУСК — НА ЭКЗОТИЧЕСКИХ КУРОРТАХ ИЛИ НА СВОИХ ШЕСТИ СОТКАХ, — ВАМ ПОНАДОБИТСЯ КУПАЛЬНИК

НЕМНОГО ИСТОРИИ

Купальный костюм как самостоятельный вид одежды появился лишь в XX веке. До этого загар был решительно не в моде. Первые купальные костюмы были скромны. Во многих энциклопедиях моды есть фотографии, запечатлевшие работу полиции нравов на пляжах Палм-Бич в середине 20-х годов прошлого века. Забавно видеть, как серьезный мужчина в форме портновским метром измеряет расстояние от длинной майки, закрывающей трусики, до колена.

Создание бикини стало началом сексуальной революции, благодаря которой в Европе произошел бум рождаемости, необходимый, чтобы восстановить потери, понесенные Европой во время Второй мировой войны. Популярности бикини помогла французская кинозвезда Брижит Бардо, продемонстрировавшая всему миру свою безупречную фигуру в фильме Роже Вадима «И Бог создал женщину» (1957), который снимался в Сен-Тропезе и Ницце. Купальные костюмы становились все более смелыми. В 1964 году дизайнер Руди Гернрайх потряс моральные устои общества, создав монокини — купальник с открытой грудью, который папа римский предал анафеме. Верх этого купальника представлял собой тонкую тесемочку, которая обвивалась вокруг шеи, крест-накрест пересекалась на груди, оставляя бюст обнаженным, и завязывалась на спине. Впрочем, хиппи не стали утруждать себя этими манипуляциями и просто «отменили» верх — так появилась рискованная мода на топлес. Сегодня, правда, эта манера не столь популярна, как еще несколько лет назад, — мир захватил культ заботы о своем здоровье, и подставлять голую грудь солнечному облучению теперь рискуют не многие. В 70-е годы появились трусики string и dental-floss (зубная нитка). Заднюю половинку в них заменяла тонкая тесемка — символ уступки устаревшим правилам приличия.



Сегодня можно подобрать купальник на любой вкус.

Кружево и перфорация

Этим летом к самым модным купальникам причислены щедро отделанные кружевом и перфорацией (узорами из крошечных дырочек). Есть даже купальники, отделанные кружевами из кожи.

Целомудрие

Другое популярное направление — ретро стиль. Это довольно целомудренные купальные костюмы с лифчиками-бюстье и кюлотами (короткими облегающими брючками) вместо символических трусиков. Слегка напоминающие те, в которых щеголяли на пляже во Флориде музыкантши из фильма «В джазе только девушки».

Космос

Очень модны аллюзии на тему 60-х годов, когда в моду с триумфом вошел космический стиль. К этому направлению принадлежат купальники из тканей с металлическим отливом — золотым, серебряным, бронзовым.

Стразы, броши и рюши

Для почитательниц гламура и романтизма тоже кое-что есть. Купальники, щедро отделанные оборками, рюшами, бантами, а также драпированные модели. Кстати, хороший вариант для тех, кто хочет скрыть несовершенство фигуры: богатство декора отвлекает от силуэта.

Можно еще для пушкого шика и блеска добавить всевозможную декоративную фурнитуру — пряжки, заклепки, а также бижутерию — например, броши со стразами.

Животный мир

В моде и принты на темы животного и растительного мира. Например, разве не приятно надеть купальник с прекрасной мордой тигра или не менее милой мордашкой кота? Не вышли из моды леопардовые принты и рисунки, имитирующие шкуру экзотических рептилий.

Белое, голубое и зеленое

Что касается цветовой гаммы, то в фаворе все оттенки белого — от снежного, телесного, слоновой кости, розоватого. Чтобы выбрать такой цвет, нужна смелость, ведь он создает иллюзию обнаженности, особенно когда вы выходите из воды.

И конечно, по-прежнему популярны все оттенки синего, голубого и зеленого.

Зинаида АРСЕНЬЕВА, фото Татьяны ПОЖИДАЕВОЙ