

## СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

### КАРП ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ

На 2 порции потребуется: карп 500 г, масло растительное 6 ст. ложек, мука пшеничная 100 г, лук репчатый 2 головки, картофель жареный 200 г, зелень укропа, перец черный молотый, соль.

Карпа разделяют на филе с кожей, нарезают порционными кусками, посыпают солью и перцем, панируют в муке, обжаривают на растительном масле. Лук нарезают полукольцами, пассеруют в масле. В сотейник выкладывают половину лука, солят, перчат. На лук выкладывают куски поджаренной рыбы, посыпают оставшимся луком, ставят в духовку и тушат до готовности. При подаче рыбу посыпают мелко рубленой зеленью укропа, на гарнир подают жареный картофель.



### КАРП ФАРШИРОВАННЫЙ

На 4 порции потребуется: карп 1 шт., хлеб пшеничный 150 г, молоко 1/2 стакана, лук репчатый 1/2 головки, масло сливочное 3 ст. ложки, 1 яйцо, 2 зубчика чеснока.

Подготовленную непластованную рыбу нарезать на порционные куски. Из каждого куска вырезать мякоть с костями, не повреждая кожу. Для фарша мякоть рыбы без костей, пассерованный лук, чеснок, размоченный в молоке хлеб пропускают через мясорубку, добавляют размягченное масло, яйцо, соль, перец и перемешивают. Полученным фаршем наполняют кожу и припускают рыбу до готовности. Порционную рыбу подают с зеленым салатом, лимоном, томатным или сметанным соусом.



### РОЛЬМОПС

На 2 порции потребуется: филе сельди 300 г, огурец соленый 1 шт., лук репчатый 1/2 головки, горчица дижонская 1/2 чайной ложки, уксус 2 чайные ложки, масло растительное 1 ст. ложка, сахар 1 чайная ложка, соль 1 чайная ложка.

Для маринада растворяют соль и сахар в небольшом количестве воды, добавляют уксус и растительное масло. На филе сельди выкладывают ломтик соленого огурца, добавляют нашинкованный репчатый лук, горчицу и сворачивают рулетом. Рулет закрепляют деревянной шпажкой, заливают маринадом и ставят в прохладное место на два дня. Подают рольмопс с зеленым салатом и лимоном.



### КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ

На 2 порции требуется: треска или хек, капуста 200 г, лук репчатый 1 головка, 2 яйца, масло сливочное 3 ст. ложки, сухари панировочные 3 ст. ложки, перец черный молотый, соль.

Капусту нарезают соломкой, бланшируют и откидывают на дуршлаг. Рыбу разделяют на филе без кожи и костей, нарезают на куски и пропускают через мясорубку. Рыбный фарш соединяют с пассерованным мелко нарезанным луком, капустой, добавляют яйца, солят, перчат, перемешивают. Из полученного фарша формируют котлеты, панируют в сухарях, обжаривают до золотистого цвета, доводят до готовности в духовке. При подаче поливают растопленным сливочным маслом.



В 399-м году от Рождества Христова умер один из величайших философов всех времен и народов. По приговору суда Афин Сократ выпил чашу с ядом. По свидетельству учеников Сократа, его отравили цикутой – довольно распространенным в Греции ядовитым растением (так говорится о смерти древнегреческого философа и в современных энциклопедиях и справочниках). И тем не менее по поводу яда, который принял Сократ, у специалистов-токсикологов до сих пор есть большие сомнения. Ядовитый настой был приготовлен не из вежа ядовитого, считают они, а из болиголова. Ботаники, относя и цикуту, и болиголов к одному семейству зонтичных, считают их самостоятельными видами растений. Но почему тогда античные источники прямо указывают на цикуту, погубившую Сократа? По видимому, в те далекие времена цикутой называли оба вида ядовитых растений. Это предположение подтверждает и тот факт, что в период возникновения токсикологии в XIX в. эти два растения были объединены общим названием – *цикута*, хотя болиголов был определен как пятнистая цикута, а веж ядовитый как водяная цикута. Это, кстати, привело к неточностям даже в специальной литературе. Во избежание путаницы в современных книгах по токсикологии сделаны соответствующие оговорки (например, в справочнике «Острые отравления» 1970 г. при описании цикутотоксина, получаемого из водяной цикуты, сделано очень важное предупреждение: не путать с пятнистой цикутой, содержащей кониин).

Именно кониин, основной алкалоид и ядовитое начало болиголова пятнистого, содержащийся во всех частях этого растения, делает его столь опасным при случайном или намеренном употреблении. Содержащийся в болиголове кониин обладает курареподобным действием, однако в отличие от кураре спектр токсических эффектов кониина значительно шире. Ему, например, присущи некоторые свойства никотина и кокаина. С никотиноподобным действием кониина связаны такие симптомы, как депрессия, сонливость, нарушение зрения и слуха, повышенное слюноотделение. Однако главная особенность кониина – способность вызывать паралич двигательных нервов и остановку дыхания.

Профессор Огюст-Амбуаз Тардье в XIX в. дал прекрасное описание отравления человека болиголовом: «Приблизительно час спустя после принятия болиголова внутрь появляется некоторая неясность мышления, головокружение, потемнение сознания и очень острые головные боли. Отравленный субъект шатается, словно пьяный, ноги его подкашиваются. Горло пересыхает, является жгучая жажда, а между тем глотать становится невозможным. Лицо очень бледно, черты его сильно искажены, но сознание остается полным. У больных сохраняется слух, хотя они лишаются возможности говорить; взгляд их неподвижен, зрачки расширены, зрение неясно, и подчас они ничего не видят. Больным овладевает какое-то оцепенение, и только хрипящее дыхание обнаруживает присутствие жизни. Тело охладевает, голова опухает, ... глаза выступают вперед, а

## У СМЕРТОНОСНОЙ ЦИКУТЫ ПРИРОДНАЯ ХОЛОДА СИЛА...

В популярных изданиях, на страницах, посвященных медицинским проблемам, зачастую можно встретить сомнительные и даже опасные рекомендации. Для излечения тяжелых заболеваний предлагается использовать ядовитые растения. Активно ведут себя и народные целители, занимающиеся рассылкой подобной информации и лекарственного сырья. Мы обратились за комментариями к врачу-онкологу, доктору медицинских наук, профессору Игорю Станиславовичу ДОЛГОПОЛОВУ.



«Всякий, кто пьет это средство, выздоравливает... исключая тех, кому оно не помогает, и они умирают...»

Гален

кожа становится багово-синеватого цвета. Смерть наступает всегда очень быстро. Никакого специального противоядия от него неизвестно».

**Болиголов пятнистый** (*Conium maculatum*) – одно из самых ядовитых растений российской флоры, все его части очень ядовиты. Произрастает на лесных опушках, заливных лугах, известняковых склонах, как сорное в посевах и огородах, на залежах, около жилья, у дорог и заборов, на свалках, по склонам оврагов, по полотну железных дорог. Известны многочисленные случаи отравления болиголовом крупного рогатого скота. Случайное отравление людей (особенно детей) связано с тем, что болиголов можно спутать со съедобными растениями – петрушкой или морковью, так как в первый год развивается только пучок прикорневых листьев, и болиголов очень похож на петрушку как листьями, так и корнями.

Настойки, настои, вытяжки и другие фармакологические формы на основе болиголова применялись с древних времен при различных заболеваниях. Как болеутоляющее и спазмолитическое средство болиголов удержался в Государственной российской фармакопее с I по IV издание (с 1866 г. по 1902 г.), но ввиду ненадежности лечебного действия и также имевшихся случаев отравлений при лечении врачи перестали применять болиголов в качестве лекарства для

приема внутрь уже с начала XX в. В составе наружных препаратов (мазей, примочек) болиголов применялся еще несколько десятилетий. Фармкомитетом СССР в 1951 г. было разрешено применение препарата, содержащего в том числе и алкалоиды болиголова (АСД), для лечения кожных заболеваний у людей, однако в связи со случаями отравлений при проникновении алкалоидов болиголова через поврежденные кожные покровы его использование было вскоре не рекомендовано. Встречающиеся в популярной литературе и в Интернете цитаты из будто бы старинных травников и книг, оправдывающие применение болиголова для лечения, скажем, онкологических заболеваний, типа «средство это сильно могучее, раки заживляющее, коего оно боль утоляет и опухоль разбивает», не выдерживают никакой критики и являются фальсификацией. Во-первых, понятие «рак» как заболевание было не известно в русских говорах (отсутствует в словаре В. Даля), а пришло из официальной медицины. Во-вторых, в народе «раком» называли не только злокачественные опухоли, но и другие образования в костях, мягких тканях и т.п. (туберкулез, паразитарные болезни и т.д.), так что разобраться в том, что лечили, не представляется возможным. В-третьих, все ядовитые растения, включая болиголов, в опасных концентрациях применяли только местно, и уж никак не вовнутрь. В данной статье мы не говорим о гомеопатических препаратах, которые в отличие от более привычных фитопрепаратов содержат считанные молекулы яда или же лишь следы его. Но даже их должен назначать врач, а не кума и теща или свекровь.

Много современных эффективных препаратов были выделены из растений. Структура их была расшифрована, а затем налажен их промышленный синтез. Это винкристин и винбластин (противоопухолевые препараты), выделенные из барвинка розового. Это сердечные гликозиды, например дигоксин, выделенный из наперстянки пурпурной. Но ни один из препаратов, используемых в современной медицине, не был выделен из болиголова пятнистого. В медицинском трактате XI в. французского монаха Одо из города Мена «О свойствах трав» этому растению посвящена глава «Цикута»: «У смертоносной цикуты природная холода сила. И поэтому, если выпьешь, убьет как холодные яды». Лучше не скажешь.