



Неизвестно точно, когда и кто сварил первый раз такой напиток, но предполагается что он использовался издревле в качестве напитка «для поддержания» тех, кто работал на улице в зимний период.

Наши предки даки использовали красное горячее вино с медом и специями от простуды. Некоторые целители использовали вино для изготовления снадобий.

В письменном виде рецепты появились еще в древние времена в «De re Coquinaria» Маркуса Гавиуса Апикуса (в VI-ом веке нашей эры). В средние века, самым известным рецептом был hippocras (Vinum Hippocraticum) названный так в честь Гиппократата (отсюда вывод, что целебные свойства этого напитка были известны еще тогда). Этот напиток был один из любимых напитков Людовика XIV, был также модным подарком в те времена, как джемы и другие консервированные фрукты. В средние века, глинтвейн подавали холодным, его считали лекарством, даже чище, чем вода, рекомендовали его даже детям.

Истоками «горячего» вина, безусловно, может считать средиземноморье (согласно другой версии - рецепт был привезен крестоносцами hippocras с Ближнего Востока), а северные районы переняли идею. Таким образом, в Германии, Австрии, Швейцарии и Эльзасе напиток называется Gluhwein («разогретое вино» в переводе).

Пряное, сладкое, горячее вино пьют почти везде в мире: в США, Великобритании (глинтвейн), во Франции (горячее вино - vin chaud), Италии (вино брьюле), Чехии (svarene vino), Польше (grzane wino), Латвии (karstvins), Молдове (izvar), Южной Америке и, особенно, в Чили (navegado).

«Извар» является для нашего народа древней зимней традицией, но также и для многих других народов. Он хорош для любого случая, во время праздников и перед Рождеством, и при этом это единственный алкогольный напиток, который разрешается пить в пост. Глинтвейн известен с древних времен как средство против простуды.

Лечебные свойства извара

Красные вина с полынью, мятой, зверобоем используются против болезней желудочно-кишечного тракта, а горячее красное вино с медом и черным перцем, так называемый «извар» представляет собой идеальное средство от простуды, озноба, гриппа, потому как он увеличивает температуру тела, заставляя нас потеть, дышать становится легче, таким образом, болезнь переносится легче. Красное вино, доведенное до кипения с лимонной цедрой, корицей или гвоздикой прекрасное потогонное средство при пневмонии, которое ускоряет выздоровление. Это простое приятное и эффективное средство подтвержденное веками.

Но нам не надо забывать, что это все-таки алкоголь. Как и любой другой алкогольный напиток, он противопоказан пациентам с сердечнососудистыми заболеваниями, гипертонией, язвенной болезнью или при других заболеваниях, когда алкоголь запрещен. В особенности этот напиток нельзя употреблять тем, кто садится за руль в тот день. Кроме того, следует учитывать, что глинтвейн дает ощущение тепла на краткосрочный период из-за расширения сосудов, которое происходит практически мгновенно. Вскоре, однако, происходит обратное явление - наступает охлаждение. «Извар» является эффективным и здоровым, если употреблять его в умеренных количествах. Не более одной чашки в день перед сном.

Как готовить «извар»? Желательно, чтобы вино для «извара» было «чистым» натуральным домашним без примесей, чтобы получить ожидаемый терапевтический эффект. «Извар» готовят традиционно из красного вина с добавлением меда (или сахара), черного перца (молотого или горошком). Сегодня на территории страны готовят несколько рецептов глинтвейна, которые различаются лишь пряностями, которые придают напитку различные вкусы и ароматы. Среди таких пряностей можно назвать: мускатный орех, анис, душистый перец, корицу, лавровый лист и т.д. Другие добавляют апельсиновую или лимонную цедру, кусочки яблока. Мы рекомендуем вам, не использовать слишком много пряностей, так как вкус вина тогда будет тяжеловатым, аромат слишком крепким. Основное правило для получения хорошего глинтвейна - это не

использовать более трех разных вкусов. Какой бы вы рецепт не готовили, помните, что сушеные пряности добавляются, после корицы.

Если вы не приветствуете алкоголь, но хотите попробовать глинтвейн, вы можете приготовить этот напиток из натурального фруктового сока, результат будет аналогичным. Во всяком случае, в холодное время года, врачи рекомендуют, есть более пряную пищу, а также пить глинтвейн, так как такая пища и питье отгоняет микробы, защищая нас от болезней.

Необходимо уточнить, что вино не надо кипятить, так как готовят глинтвейн, лишь доводя до кипения. При кипении выветривается не только алкоголь, но и вкус, и некоторые лечебные компоненты.

Рецепт «Извара»

Ингредиенты:

1 л домашнего красного вина,
5 ложек мёда,
10 шт. перца черного горошком (1 ложечку молотого перца).

Способ приготовления:

Наливаем вино в глиняный кувшин (или эмалированную кружку, кастрюлю) добавляем сразу же черный перец горошком (или молотый). Когда начинает подниматься первый пар, добавляем мёд и смешиваем. Снимаем с огня, не доводя до кипения. Пить в теплом виде.

Глинтвейн: другие возможные комбинации ингредиентов:

вино, сахар, корица, гвоздика и апельсиновая цедра;
вино, сахар, корица, яблоко дольками;
вино, сахар, корица, перец и гвоздика;
вино, мед, корица, перец, гвоздика.

Какой бы вы рецепт не выбрали, помните о рекомендациях врачей, о том, что этот напиток нужно употреблять в умеренных количествах, а тогда когда мы заболели, только врач может порекомендовать нам, как и что нам употреблять. Увеличивая терапевтическую дозу алкоголя, думая, что большее количество напитка ускорит выздоровление, является ложной концепцией.

□ <http://www.moldovenii.md/ru>