

# ПУТЕШЕСТВИЕ С КАПУСТОЙ



Проект  
«По следам  
Робинзона»

Кочанная капуста - древнейшая овощная культура, выращиваемая более

4.5 тысяч лет.

Районы Средиземного моря являются центром происхождения многих видов семейства капустных.



Римляне почтительно относились к древнему овощу. Само слово «капуста» произошло от древнего римского «капутум», что в переводе на русский означает «голова». Многие народы оспаривают друг у друга право называться родиной капусты.

# За что ценилась ?



за свои высокие пищевые качества.

**Ее охотно ели.** Ученик Аристотеля Ботаник Теофраст в труде «Исследования о растениях» описал три *сорта капусты, которые в те времена*

Древнегреческий философ Хрисипп **посвятил ей книгу.** В ней он рассматривает **влияние** капусты на все органы человеческого тела.

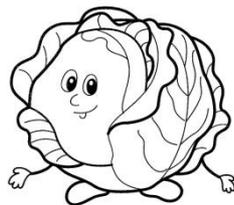


Древние греки и римляне считали капусту **лекарством**, излечивающим практически все болезни: успокаивать головную боль, вылечивать глухоту, избавлять от бессонницы и различных внутренних заболеваний.

# Что такое капустник?

Один из первых русских источников, в котором упоминается капуста, «Изборник» Святослава, датируемый 1073 годом.

Огороды с капустой повсеместно окружали русские поселения. Изобилие капусты на Руси удивляло даже издавших виды иностранцев.



**Капустником** в старые времена называли на Руси огород, где выращивали капусту. Слово часто встречается в древнерусских литературных источниках.



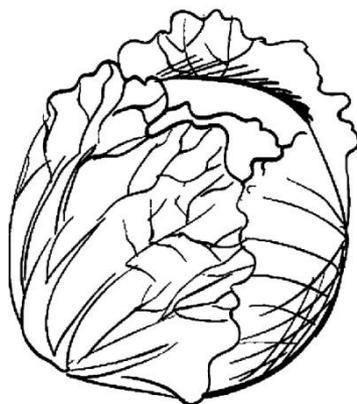
# На Руси капуста

появилась значительно позже. Вначале она обосновалась на Черноморском побережье Кавказа. Постепенно растение распространилось по территории Руси.

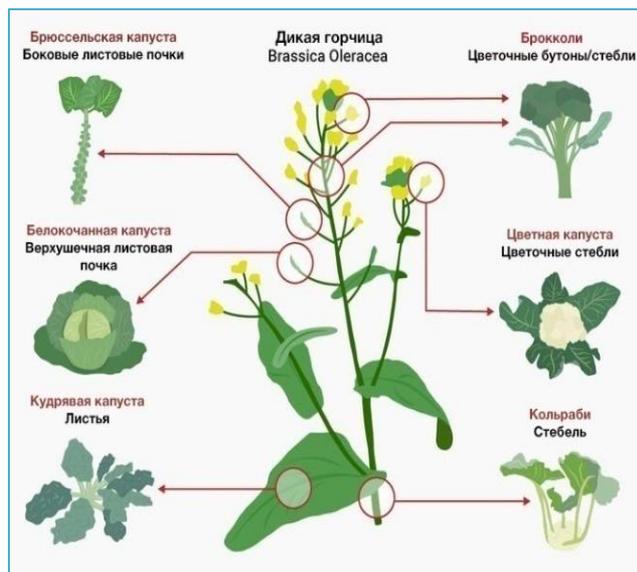


# Как капуста устроена?

Цветок, стебель, лист, кочерыжка, кочан, стручок



Капуста имеет бледно-желтые **цветки** с крестообразно расположенными лепестками, чашечкой из 4 чашелистиков, венчиком из 4 лепестков, с 6 тычинками и 1 пестиком. Цветки собраны в соцветие **кисть**.



**КОЧАННАЯ КАПУСТА** - это капуста с закрытыми **листьями** которые повернуты внутрь и образуют плотный шар. **Кочерыжка** твердый **стебель** кочана капусты.

# Плод и кочан капусты

**Плод** — стручок линейной формы с цилиндрическим столбиком или же заканчивающийся коническим или шиловидным наконечником, пустым или содержащим семена.

**Кочан** вырастает в первый год жизни растения, если его не срезать, на верхушке образуется стебель с листьями и мелкими жёлтыми цветками, которые со временем преобразуются в семена.



# Капуста цветет на второй год



# Блюда из капусты

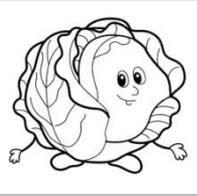
**Блюда из капусты** просто обязаны быть в вашем меню. Как и любой овощ, капуста очень полезна. Особенно этим отличаются блюда из свежей капусты. Но и кроме салатов есть масса вариантов, что можно приготовить из капусты.

## Салат из капусты и крабовых палочек



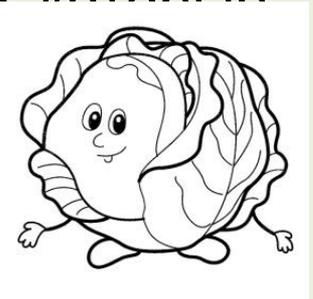
# Витамины, косметика из капусты

- **Капуста** содержит почти весь набор **витаминов**, необходимый для нормальной жизнедеятельности человека: провитамин А, **витамины С, В1, В2, В3, В6, К** и противоязвенный **витамин U**, который предупреждает появление язвы желудка и двенадцатиперстной кишки.
- Салаты из свежей капусты, да и квашеной, сохраняют почти все свои питательные и лечебные свойства.
- Косметические свойства капусты широко применяются в виде масок для лица. Маски из белокочанной капусты обладают отбеливающим эффектом. Кроме этого маски прекрасно увлажняют кожу. Маска из белокочанной капусты накладывается на хорошо умытую кожу, не затрагивая кожу вокруг глаз. Самая простая питательная маска — смесь протертых в мясорубке капусты и моркови. В полученную кашицу добавляется мед и ложка йогурта. Полученная маска накладывается на лицо на десять минут. Затем смывается прохладной водой.



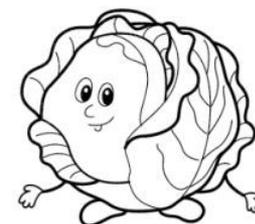
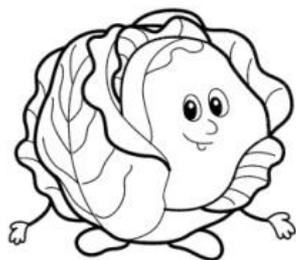
# Проверь себя:

- Что означает на древнем римском языке слово «капуста»?
- Чем считали древние греки и римляне капусту?
- Что называли в древней Руси капустником?
- Какая часть капусты называется кочерыжкой?
- Где капуста обосновалась вначале распространения на Руси?
- Как называется капуста с закрытыми листьями исторически повернуты внутрь и образуют плотный шар?
- За что особенно ценили капусту на Руси?
- Какого цвета цветы капусты?
- Как называется плод капусты? Кочан, стручок?
- Когда образуется кочан на растении капусты?
- Что содержит капуста для нормальной жизнедеятельности человека?



# Цветок на клумбе – капуста!

Декоративная капуста. Обыкновенная –  
необыкновенная!



# Ответы

1. Голова.
2. Лекарством.
3. Огород, на котором выращивали капусту.
4. Твердый стебель капусты.
5. На Черноморском побережье.
6. Кочанная капуста.
7. За пищевые качества.
8. Светло-желтые цветы.
9. Плод стручок.
10. В первый год.
11. Витамины,

