

**ХОРВАТСКИЕ ЗАРИСОВКИ** | Мидии здесь подают в фарфоровом тазу с чесночным соусом и зеленью

РИТА ДАВЛЕТШИНА

Самый лакомый кусочек приморской Хорватии, безусловно, полуостров Истрия. Снимать гостиницы здесь чуть дороже – все-таки излюбленный курорт мировых звезд. В Пуле, к примеру, почти каждый год отдыхали Ив Монтан с Симоной Синьоре. Но даже здесь апартаменты на двоих можно найти от тысячи рублей в сутки – и это в начале сентября. Впрочем, мне больше по вкусу пришлись городки Пореч и Ровинь.

Пореч известен прежде всего стоянкой яхт. Государство стало вкладывать большие средства в развитие яхтенного образа жизни, создавая все условия для владельцев или арендаторов яхт. И сегодня всё больше граждан предпочитают жить в море, лишь изредка сходя на берег. Прибрежные кафе под открытым небом заполнены вальяжными иностранцами, среди которых, судя по яхтам, полно миллионеров – хотя их трудно выделить из толпы. Давно замечено: европейцы могут полдня просидеть в кафе за чашкой кофе, бокалом пива или вина. Максимум – оmlет на завтрак и десерт на обед. А вот если стол ломится от блюд – то это точно русские.

На подъезде к Поречу побывала на лавандовой ферме. Издалека это потрясающее зрелище: горы и низовья подернуты сине-фиолетовой дымкой цветов, издающих специфический, но приятный аромат. При близком же рассмотрении лаванда оказалось простеньким растением, стебли которого торчат в разные стороны наподобие игл дикобраза. Купила и мешочки с лавандой, охраняющие одежду от моли, и бутылочку лавандового масла холодного отжима: оно имеет выраженный травянистый вкус, небольшую горечь и, как уверяют хорваты, – ни с чем не сравнимую пользу.

Потом отобедала в кафе на горе над морем. Заказала бокал домашнего белого сухого вина и мидии. В белоснежном фарфоровом тазу принесли килограмм – не меньше. Политые ароматным чесночным соусом с зеленью, они были великолепны – и стоили всего двадцать евро, причём вместе с вином. И, вкушая обед под крики чаек, вдруг обратила внимание на огромного альбатроса, гордо прогуливающегося по мощёной улочке. Размером с хоршую собаку, он был мне буквально по колено.

Многие иностранцы путешествуют по миру с домашними животными. На сайтах бронирования гостиниц почти каждый европейский отель разрешает проживание с кошечками, собачками и прочими любимцами. И картина, когда какой-нибудь «пан Бодзиевский» фотографирует свою собачку

# Чем пахнет Истрия



ФОТО: ЕВГЕНИЙ РУЖИЦЕВ



на фоне, допустим, Карлова моста, – не редкость. Впрочем, россиянам, решившимся на такую авантюру, стоит помнить, что и следить за четвероногими любимцами следует по-европейски: совочек, мешочек, а то и специальный памперс.

Ровинь запомнился белоснежной церковью на высоком холме, откуда открываются потрясающие морские пейзажи, а также узенькими-преузенькими улочками, где между домов еле вмещается даже мопед. Как и столетия назад, между домами – от окна к окну – протянуты верёвки, на которых сушатся бельё. А внизу продают картины, бусы, поделки: Ровинь – это город художников... Если же не обращать внимания на автомобили и одежду прохожих, вообще может показаться, что ты находишься в XIX. Тихая, спокойная набережная, мощёные улочки, велосипедисты, услужливые официанты, магазинчики с колокольчиками на дверях. В одном из таких магазинчиков видела колечко из белого золота – всего за 30 евро. Конечно, усомнилась

в его подлинности, однако хозяин клятвенно заверял, что золото самое настоящее – просто такие вот большие скидки.

Ещё одна особенность городка Ровинь: почти половина его домов, как в Венеции, имеют выход... в море. И возле каждой «морской двери» припаркована моторная лодка, катер или яхточка – если хозяин побогаче. Уезжать с морского побережья ужасно не хотелось, но впереди ждала дегустация трюфелей, так что отказать себе в аристократической церемонии я никак не могла.

Городок Мотовун находится на возвышении и окружён лесами, а они известны своими земляными грибами, килограмм которых стоит сотни евро – и это только что собранные. Готовые блюда из трюфелей «тянут» уже на тысячи. Говорят, трюфели есть только в двух местах – во Франции и здесь, в хорватских лесах близ Мотовуна. Побродив по витиеватым улочкам каменного города, будто вымершего в дневные часы, наконец захожу в лавку, продающую изыск европейской кухни.

В больших и маленьких баночках представлена трюфельная паста. Правда, самих трюфелей в ней всего десять процентов, остальное – картофельное пюре, мука и что-то ещё, но точно не консерванты и усилители вкуса: в Хорватии очень строгий контроль за качеством продуктов. Как уверяет хозяин, даже этих десяти процентов достаточно, чтобы паста обрела богатый вкус земляных грибов. На малосенький кусочек свежего белого хлеба малосенькой ложечкой мажу пасту. Действительно, очень вкусно – особенно, если запиваешь все это розовым вином, которое подают здесь же в малосеньких рюмочках.

Уезжая из Хорватии, как и многие тысячи уже отдохнувших здесь, я тоже признала: это был незабываемый отдых. По-европейски вылизанная и пунктуальная, эта страна по-славянски яркая и праздничная, приветливая и улыбающаяся – такая родная нам, россиянам. Может, в этом и есть секрет её притягательности.

г. Магнитогорск 23 ноября (суббота) с 10 до 13 часов – Дом дружбы народов, ул. Московская, 17

**выставка-продажа КАК ПОХУДЕТЬ!**  
**ПОХУДЕНИЕ ЧЕРЕЗ ОЧИЩЕНИЕ**

**Легкий способ сбросить вес**  
Каша «Идеальный вес + зеленый кофе» приятна на вкус, не требует варки, приготовлена по технологии с сохранением всех полезных веществ. В одной порции каши «Идеальный вес + зеленый кофе» суточная потребность организма в самых эффективных продуктах для снижения веса: зеленом кофе, овсяных отрубях, семенах льна и тыквы.  
**Зеленый кофе.** Содержащаяся в зеленом кофе хлорогеновая кислота задерживает поглощение глюкозы. Недостаток глюкозы в крови стимулирует организм сжигать жировые клетки.  
**Овсяные отруби.** Овсяные отруби содержат растворимую клетчатку, которая, увеличиваясь в желудочно-кишечном тракте в 20 раз, снижает аппетит и словно губка впитывает лишние калории. В овсяных отрубях присутствует большое количество аминокислоты **триптофан**, витаминов группы **B** и магния. В определенном сочетании эти вещества быстро запускают процесс образования нейромедиатора и гормона радости – **серотонина**.  
**Семена льна.** Улучшают обмен веществ, содержат полиненасыщенные жирные кислоты.  
**Семена тыквы.** Растительный источник цинка. Без цинка невозможно сжигание жира в организме. Он стимулирует обменные процессы.  
**Внимание!** Одна порция продукта с зеленым кофе, по эффекту воздействия на организм, заменяет 2-х часовую прогулку!  
Стоимость каши «Идеальный вес + зеленый кофе» – 250 рублей (7 порций).  
Рекомендуем употреблять кашу «Идеальный вес + зеленый кофе» – в течение 12 недель – 2500 руб. (с учетом всех скидок)

**Льняное масло**  
Льняное масло, включаясь в обмен веществ, расщепляет жир на воду и глицерин, которые выводятся из организма естественным путем. Льняное масло снижает аппетит, оказывает легкий слабительный эффект и избавляет организм от непереваренных продуктов.  
С переходом на правильное питание (овощи, фрукты, крупы, творог, яйца, отварная рыба и курица) и прием масла из семени льна организм сможет очиститься, и вы постепенно будете терять вес. Улучшится общее состояние, появится бодрость и хорошее настроение. Через 14 дней вы заметите, что укрепятся ногти, а волосы будут выглядеть здоровыми. Эффекты похудения от льняного масла различны: у одних вес снижается на 7–10 кг за месяц приема, у других на 3 кг. Однако все без исключения отмечают улучшение общего самочувствия и состояния кожи. Льняное масло нужно употреблять в течение 2–3-х месяцев (5 бутылок).  
Стоимость «Льняного масла «Народные рецепты» (высший сорт) – 120 руб. (250 мл).

На выставке всегда представлены: Макробиотические каши (№1–8 с мукой льна, кедр, расторопши, тыквы, прополиса, перги) – 1400 руб., овсяные отруби – 200 руб., горчичный порошок «Народные рецепты здоровья» – 40 руб., мука расторопши – 385 руб., мука тыквы – 420 руб., мука из семян льна – 220 руб. Растительные масла холодного отжима: льняное, расторопши, тыквы, горчичное, соевое. Все товары от производителя.

www.nrgz63.ru Справки по тел.: 8-800-200-80-92 (бесплатный) 8-846-995-24-42 (многоканальный) ПЕНСИОНЕРАМ НА ВЫСТАВКЕ – СКИДКА 5%

▶ Европейцы могут сидеть за бокалом пива полдня, а у россиян стол ломится от еды и питья