

Женский клуб

В гостях у Петровны

Экспресс-вопрос

В ЧЕМ ФОРМУЛА УСПЕШНОГО БРАКА?



Этот вопрос мы решили задать главной свахе ЭСЧТ, ведущей популярной телевизионной передачи Розе СЯБИТОВОЙ:

— Секрет любого успеха кроется в привычке преодолевать трудности и достигать поставленных задач, — считает Роза Раифовна. — Любая счастливая замужняя женщина постоянно думает о... разводе. И знаете, что останавливает? Чувство ответственности, сознание того, что она несет свой крест, который, как известно, вынесет.

Интересовалась
Галина ВЛАДИМИРОВА.



ПИРОГ С ВИШНЕЙ

Палочки облизываю

Хочу поделиться рецептом пирога с вишнями в безе «Целочка», который перешел ко мне от моей дорогой свекрови.

Понадобится: 250 г сливочного масла, 4 стакана муки (1 стакан на замес), 2 стакана сахара, 4 яйца, 1 ст. л. лимонного сока, разрыхлитель, вишни. Подготовить вишни: вынуть из них косточки и отжать сок, выложив на дуршлаг, помещенный в емкость, сверху поставив кастрюлю с водой. Аккуратно отделить желтки от белков. Белки поставить в холодильник, желтки взбить с сахаром и ввести в муку. На крупной терке натереть сливочное масло в тесто и замесить его вручную. Разрыхлитель погасить лимонным соком, добавить ванильный сахар. Тщательно вымесить тесто, добавляя муку порционно, сколько возьмет тесто. Положить готовое тесто в холодильник на 30 мин.

На противень выложить бумагу для выпекания и переложить на нее раскатанное тесто, сформовав бортики. На тесто выложить вишни, распределить равномерно и поставить в духовку на 15 мин. Когда пирог подпечется (практически до готовности), достать. Взбивать белки 5 мин без сахара, а потом постепенно ввести сахар и взбивать еще 10 мин до образования стойкой пены. Равномерно распределить взбитый белок на вишни и поставить в духовку примерно на 4 мин, пока он не приобретет нежно-бежевый оттенок. Достать пирог, нарезать на порции и подать к столу горячим.

Ольга СУМСКАЯ,
актриса.



Как на духу

ТАТЬЯНА УСТИНОВА:

«У ЖЕНЩИНЫ ДОЛЖНА БЫТЬ СВОЯ ВСЕЛЕННАЯ»

Один из самых успешных своих романов «Личный враг» известная писательница Татьяна Устинова посвятила своему супругу, написав в аннотации: «Моему мужу, самому лучшему парню на свете». И хотя, по ее собственному признанию, муж никак не является прототипом героя романа Филиппа Товэ, все же их объединяет общая система координат жизненных ценностей, а именно — умение заботиться о любимой женщине. Впрочем, для того чтобы стать счастливой, женщина должна уметь позаботиться и о себе, считает писательница.

— Татьяна Витальевна, по сюжету книг, ваши героини обязательно становятся счастливыми. А что для этого надо в реальной жизни?

— Прежде всего, наличие здравого смысла. Опираясь на него, женщина не будет приставать к любимому из-за ерунды или накручивать себя за то, что она, например, не постирала шторы. Она не будет себя угнетать, что ею недовольна свекровь (муж, подруга, знакомая, начальство и далее на выбор), поскольку знает, что должна создать свою вселенную. И при этом уметь полагаться на себя.

«Я все могу, я взрослый человек, у меня есть голова на плечах. И даже если случится что-то ужасное — выгонят с работы, бросит любимый — я справлюсь с этим, потому что верю в себя». Такую философию должна исповедовать женщина. Ведь она все про себя знает, ей не стоит бояться будущего. Это в 18 или 20 лет жить страшно, потому что не представляешь, какие глупости можешь совершить. А после 30, когда знаешь о себе все, можно спокойно смотреть в будущее.

— А в настоящее?

— Тут важно умение радоваться здесь и сейчас. Не ждать наступления прекрасного будущего или того дня, когда наконец-то повысят в должности или увеличат зарплату. В нашей семье самый лучший праздник называется «вечер пятницы»: ура, впереди выходные! Мы очень любим этот день, несмотря на то, что по субботам зачастую мне приходится работать.

А еще женщина должна радовать себя приятными мелочами. Я не могу себе позволить снять виллу в Венеции (да она мне и не нужна), но зато я испытываю огромное счастье, когда натягиваю на себя новую пару джинсов, которые так люблю. Мне не надо для этого строить хитроумные планы, просить деньги у мужа, а достаточно заехать в магазин и купить их. И меня это поддерживает.

Интересовалась
Галина ДЕГТЯРЕВА.
Фото предоставлено
издательством «ЭКСМО».

Деловой совет

ПРОБА ПЕРА



Лето — прекрасное время для ношения сережек и коле из павлиньих перьев.

Невесомые, они загадочно переливаются невиданными красками, привлекая взгляды. Также можно носить кольца из ярких перьев, обручи с цветами, выполненные из окрашенных павлиньих перьев или пестрого пера цесарки. Преимущество таких аксессуаров в том, что они относительно недороги. А еще их можно сделать самой. Например, начать можно с сережек из павлиньих перьев — они продаются в сувенирных лавках. Для этого потребуется два пера с похожим рисунком (да-да, нужно подобрать именно идентичные перья), швензы и держатели пера. Обрежьте перо по желаемой длине, закрепите держателем, прикрепите к швензе — вуаля, прекрасное украшение готово!

Ярослава КОСЕНКО,
дизайнер.

ЛЕКАРСТВО
ОТ НЕСЧАСТНОЙ ЛЮБВИ

От печали до радости

Однажды мне изменил мой парень. Многие скажут: «Подумаешь, какая трагедия! Со всеми случалось». Но я, которой с утра до вечера поют дифирамбы, даже представить не могла, что со мной такое может произойти.

Я прорыдала три дня. Потом две недели провалялась в депрессии дома. А потом решила понять, почему мужчины изменяют. Я обложилась литературой по сексологии, психологии и биохимии и стала очищать зерна от плевел. Вечное и проверенное — от предрассудочного и устаревшего. Записи собрались в папку, папка выросла в книгу. И эта моя «библия» для женщин под названием «Sexual» стала бестселлером и вышла не только во Франции и в России, но и переведена на многие иностранные языки. А недавно и в Украине стала бестселлером.

Елена ЛЕНИНА,
писательница.



СЕКРЕТ МОЕЙ СТРОЙНОСТИ

Красота без жертв

Хочу поделиться очистительной диетой, которая нормализует работу органов пищеварения, что способствует потере веса. Продолжительность диеты — не менее двух дней.

До завтрака: 1 стакан воды.

Завтрак: 1 стакан слабозаваренного чая или отвар трав, каша 5 злаков, 2 ч. л. меда. Йогурт или стакан обезжиренного молока. 1/2 грейпфрута или апельсин, или 2 мандарина.

До обеда: холодная вода без ограничений.

Обед: 120 г постной говядины, телятины, баранины или курицы без кожи. Вареные овощи — по желанию. 40 г нежирного сыра и кусочек хлеба. Свежий фрукт (киви, апельсин, манго).

Полдник: холодная вода, слабозаваренный чай или отвар трав.

Ужин: салат из сырых овощей и фруктов, заправленный лимонным соком и растительным маслом, лучше оливковым. 100 г отварной рыбы (или 60 г постной ветчины либо свежее яйцо всмятку), 5 ст. л. отварного риса или 2 небольшие вареные картофелины. Йогурт или 150 г нежирного творога, 1 ч. л. меда и 2 ч. л. пророщенной пшеницы. Компот из свежих фруктов — яблок, груш или ананасов.

Марина ХЛЕБНИКОВА,
певица.

