

**ХОРОША БЫЛА НОВОГОДНЯЯ НОЧЬ! И ЧЕМ СИЛЬНЕЕ УТРОМ БОЛИТ ГОЛОВА, ТЕМ ВЕСЕЛЕЕ БЫЛО НАКАНУНЕ. НО ЭТОЙ БЕДЕ МОЖНО ПОМОЧЬ, ЕСЛИ ЗНАТЬ, КАКИЕ НАПИТКИ И ЕДА СПАСУТ ОТ ПОСЛЕНОВОГОДНЕГО ПОХМЕЛЬЯ. РЕЦЕПТЫ ПРОВЕРЕНЫ РАЗНЫМИ НАРОДАМИ МИРА, КОТОРЫЕ «ЛЕЧАТСЯ» ПОСЛЕ ВСТРЕЧИ НОВОГО ГОДА ПО-СВОЕМУ.**



От похмелья в разных странах спасаются по-своему. Фото: Мария Бородина, ИА PRIMA MEDIA

## Сливки, ткемали и суп из требухи: какие рецепты помогут от посленовогоднего похмелья



Грузинский хаши. Фото: с сайта SKYSCANNER.RU

Панацея от похмелья в Турции. Фото: с сайта SKYSCANNER.RU



**И**так, в **Норвегии** наутро помогает стаканчик-другой молока или жирных сливок. А если такого продукта в доме нет, норвежцы плетутся в ближайшую кебабную или переводят тяжелый взгляд на *лефсе с ракфиском* – это забродившая форель с луком и сметаной в картофельном лаваше. Скандинавам помогает, уверяет SKYSCANNER.RU.

В **Грузии** после удавшегося застолья (а других в этих краях и не бывает) выпивают целый стакан *соуса ткемали*. А едва ощутив в себе силы для еды, кавказцы налегают на жирный горячий *хаши*.

В солнечной **Италии** предпочитают поправляться при помощи *крепкого кофе с бананом* на десерт. Одни итальянцы знают, что в эспрессо много кофеина, а в бананах

– калия, другим просто нравится такое сочетание. Это и впрямь вкусно!

В **Боливии** народный антипохмелин называют *LEVANTA MUERTOS* – «поднимающий мертвых». Если наутро это слишком сложно выговорить, шепните в местном ресторанчике одно слово – «фрикасе». Перед вами тут же поставят тарелку ароматного рагу из тушеной свинины с перцем чили, тмином и кукурузной кашей.

У **турок** есть специальный суп для снятия похмелья – *İŞKEMBE ÇORBASI*, который готовится из говяжьей требухи, яиц, лука и чеснока. Не меньше ценится и *кокореч* – бараньи потрошки на вертеле с овощами и хрустящей лепешкой или картошкой фри.

**Немцы** вместе с **австрийцами** и **голландцами** клин клином вы-

шибают и готовятся к трудному утру заранее – держат в холодильнике *KONTERBIER* («контрпиво») или *REPARATUR-SEITERL: REPARATUR* – «ремонт», *SEITERL* – 300 мл пива. Объем четкий, потому что тут важно не переусердствовать и не схлопотать статус *AUFGEWÄRMTE*, что в вольном переводе значит «*Смотрите, он уже опять тепленький!*». Зверский аппетит в Германии и Австрии обычно утоляют с помощью *рольмопсов* – рулетиков из сельди с маринованными огурчиками и луком. Голландцы тоже в любой непонятной ситуации едят селедку.

В Испании тоску и тремор лечат помидорами: кому-то помогает пряный холодный *суп гаспачо*, а кто-то уплетает *томатные бокадильос с хамоном*. Из напитков антипохмельным эффектом, по мнению испанцев, обладают местное (потому что родное!) *пиво* и *крепкий кофе с щепоткой соли*.

Каждый *ирландец* слышал, что после безудержного веселья полезно съесть *два сырых яйца* на завтрак и еще два – на обед. Но далеко не каждый способен это в себя впихнуть. Таких спасают *яичница с сыром* и *беконом* и живительный *имбирный эль* с утра. Если мысль об алкоголе отдастся болю во всем теле, включая мозг, эль можно заменить чаем с имбирем. К чаю хороши крекеры или румяный тост с джемом – они поднимут уровень сахара в крови. А еще в последние годы в кругу ирландцев растет популярность маринованных огурчиков и рассола – это их поляки научили.

Слухи про эффективность *сырых яиц* при похмелье ходят и среди американцев – только в США их советуют смешивать с томатным соком. Но в жизни гораздо чаще добавляют в томатный сок острый соус табаско или просто заказывают «*Кровавую Мэри*» со стебельком сельдерея и оливками. А уж скольких людей от утренней головной боли спас старый добрый *бургер* – не счесть!

Для *тайцев* первая помощь при похмелье – кисло-острый *суп «Том Ям»*. В нем в идеальных пропорциях сочетаются королевские креветки, рыбный соус «Нам Пла», острая паста «Нам Прик Пао», грибы, черри, имбирь, лайм, кинза и лимонграсс. Часто в эту компанию вливается кокосовое молоко, но это уже дело вкуса.

Бывают утра, когда изменить выражение вашего лица могут только кислые японские квашеные сливы (или абрикосы) *умэбоси*. По крайней мере, именно с их помощью *японцы* возвращают себя к жизни, когда переберут с саке.

*Китаец* с похмелья дрожавшей рукой тянется к чайничку с *зеленым чаем* – этот напиток считается панацеей. Но мудрость Конфуция в Китае разлита в воздухе, поэтому чаще местные играют на опережение и перед застольем выпивают стакан подслащенной воды (достаточно одной ложки обычного сахара). Этот нехитрый прием позволяет им медленнее хмельеть и уберегает от утренних клятв вроде этой: «*Больше никогда!*».

По материалам  
[www.sevastopolmedia.ru](http://www.sevastopolmedia.ru)



Имбирный коктейль. Фото: с сайта SKYSCANNER.RU



**НЕМЦЫ ВМЕСТЕ С АВСТРИЙЦАМИ И ГОЛЛАНДЦАМИ КЛИН КЛИНОМ ВЫШИБАЮТ И ГОТОВЯТСЯ К ТРУДНОМУ УТРУ ЗАРАНЕЕ – ДЕРЖАТ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ KONTERBIER («КОНТРПИВО») ИЛИ REPARATUR-SEITERL: REPARATUR – «РЕМОНТ», SEITERL – 300 МЛ ПИВА.**



Суп «Том Ям». Фото: с сайта SKYSCANNER.RU

Японские сливы. Фото: с сайта SKYSCANNER.RU

