

На 68 заседании Генеральной Ассамблеи ООН было объявлено, что 2016 год станет Международным годом зернобобовых. Лозунг года: «Зернобобовые – питательные зёрна устойчивого будущего»

Дорогой друг!

Ты уже пробовал боб на вкус. Фасоль, горох, вика, белая акация, соя, люпин, земляной орех, или арахис, мимоза – прячут свои семена в бобах. Однако, запомни, словом «боб» иногда называют семена или стручки растений, которые не являются представителями семейства бобовых, но на них похожи. Например: кофе, клещевина, бобы какао (семена которого напоминают фасоль), а также бобы ванили (которые напоминают стручки).

Ты, наверное, видел, как растут бобы – высокие иногда до 2-х метров травянистые однолетние растения. У бобов очень сильные корни, которые на хороших почвах достигают полутора метров. В белых цветах, собранных в кисти по 5–6 штук, содержится много нектара, за которым с удовольствием прилетают бабочки и шмели. Бобы любят солнце, но неприхотливы к почвам и не боятся плохой погоды.

Только представь себе, боб полезен весь! Ботва бобов – хорошее зелёное удобрение. На корнях бобовых культур поселяются бактерии, накапливающие полезные элементы и

обогащающие им землю. Бобы используют и в народной медицине – цветки, семена и створки. Например, отваром или настоем цветков умывают или протирают кожу лица для снятия раздражения или зуда. Настой и отвар створок бобов полезен при ожирении. Муку из бобов либо протёртые и варёные бобы едят при кашле. Кроме того, зернобобовые полезны для решения проблемы ожирения, а их присутствие в ежедневном меню необходимо для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний и рака. Но самое главное – бобы очень вкусные!

Растения, на которых образуются бобы, растут по всей планете. Высоко в горах можно встретить **астрагал**. В пустынях **верблюжья колючка** обжила каменистые и глинистые почвы. Несколько сот видов **акаций** заселили земли Австралии, Африки и Южной Америки. Но среди водных растений бобовых не найти, кроме, пожалуй, **нептунии огородной**, обитающей почти во всех тропических водоёмах. Нет среди бобовых и растений-паразитов.

Бобы бывают самых разных форм и размеров. Самый большой боб **энтады лазящей** – в длину он вырастает до полутора метров. А самые крупные в мире семена у южноамериканской **мимозы маслоносной**. Они бывают длиной 15–17 см.



Амхерстия благородная

Её крупные цветы, величиной почти в полметра, очень красивы на фоне тёмно-зелёной листвы дерева. Крупные алые цветки с мелкими, ажурными, как у мимозы, листочками украшают **делоникса королевского**.



Делоникс королевский

Семена внутри бобов, дорогой друг, покрыты плотной блестящей кожурой, которая позволяет сохранять живым зародыш растения в течение десятков лет. Ботаники отмечают даже случай, когда удалось вырастить нормальное растение из семян люпина арктического, пролежавшего 10 тысяч лет в вечной мерзлоте.

А знаешь ли ты, что в нашей стране бобы разводили ещё со времён Ярослава Мудрого! И с той древней поры они употреблялись в пищу вместе с хлебом и кашей. Известно около 100 сортов бобов, которые делятся на две группы: пищевые (овощные, огородные) и кормовые.

Самым важным пищевым растением среди бобовых культур считают **сою**, потому что белки, которые накапливаются в её семенах, близки по своему составу к веществам, содержащимся в мясе. Масло из семян сои идёт на изготовление конфет, маргарина, соусов, соевого молока, а также мыла, лаков и красок. Для коров, овец нет питательнее корма, чем соевый жмых. Сою выращивают в Китае уже 5 тысяч лет. Эта страна – её родина. А в Европу это полезное растение попало только в XVIII веке.

Фасоль с давних времён сажали на своих полях индейцы Южной и Центральной Америки. В Европу фасоль привёз Христофор Колумб, а в России она появилась только в XVIII веке. Зрелая фасоль очень долго варится, и поэтому для различных кушаний больше подходит недозрелая фасоль.

Родиной **гороха**, юный друг, считают Турцию, Иран, Ирак. В Древней Руси его выращивали повсюду. Нежные сорта гороха и бобов очень вкусны в консервированном виде.

В Индии и Пакистане различные блюда готовят из семян **нуга**, но для еды

годятся только сорта с белыми семенами. Остальные скармливают скоту.

В Мексике и Бразилии выращивают **пахиризус** – бобовые растения с клубнями под землёй, как у картофеля. Его клубни даже более питательны, чем у картофеля.

В Индии, Африке, на Кипре растёт **рожковое дерево**, или тамаринд индийский. Жители тропиков с удовольствием едят его кисло-сладкие плоды. В них много витамина С, лимонной и уксусной кислоты, различных видов сахаров.

Но не все бобовые столь благородны и щедры. Бобы **физостигмы**, растущей в лесах тропической Африки, очень ядовиты. Местные жители с их помощью судили преступников. Подозреваемому в преступлении давали выпить отвар трав, куда входили эти бобы. Если человек умирал, значит, он был виноват. Если оставался жив – следовательно, он оправдан.

Использованы материалы:

http://children.claw.ru/2_plants/Content/003/04.htm

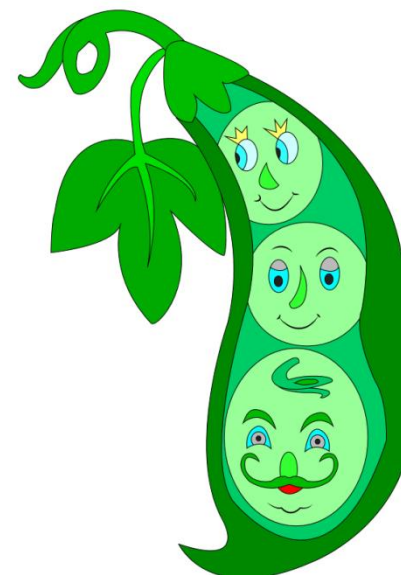
Составитель **Н. В. Андреева**
Ответственный за выпуск И. В. Заболотских
Редактор М. М. Мартынова
Дизайн, вёрстка А. Р. Валиева

Министерство культуры и туризма УР
Бюджетное учреждение культуры УР
«Республиканская библиотека для детей и юношества»
Информационно-библиографический отдел

6+



ВОЛШЕБНЫЙ БОБ!



Ижевск 2016

Бобы и горошинки в народных сказках



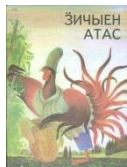
Бобовое зёрнышко // Русские народные сказки / [по произведениям А. Н. Афанасьева]. – Йошкар-Ола : Марийский полиграфическо-издательский комбинат, 1996. – С. 91–92.

Ванька-дурак и журавль // Удмуртские народные сказки. – Изд. 2-е, доп. – Ижевск : Удмуртия, 1976. – С. 183–185.



Джек и бобовый росток : (английская народная сказка) / [пер. И. Шерешевская] // Сказки народов мира / сост. В. В. Занков ; ред. Ю. Н. Оленичева. – Москва : Институт инноваций в образовании им. Л. В. Занкова : Издательство Оникс, 2008. – С. 4–19. – (Библиотека младшего школьника).

Вместо того чтобы просто продать единственное имущество их нищей семьи – корову, которая уже не даёт молока, Джек каким-то образом умудряется поменять её на пять волшебных бобов. Раздосадованная мама выбрасывает эти бесполезные бобы. Однако за ночь они вырастают до самых небес, и Джек взбирается по стеблю вместе с верным псом Кросби. За облаками в большом замке он встречает прелестную принцессу Маргарет, которая, заколдованная чарами злой ведьмы Гекубы, полагает, что влюблена в злого великана Тьюлипа, сына Гекубы...



Зичиен атас = [Лиса и петух] : удмурт калык выжыкыл = [удмуртская народная сказка]. – 2-е изд. / худож. В. Н. Морозов. – Ижевск : Удмуртия, 2010. – 18 с.

Как старик на зайце верхом ехал и что из этого вышло : литовская сказка / [обраб.: Ф. Шуравина, З. Шишова] // Голубая птица / сост. Л. Н. Елисеева ; рис.: Э. Булатова, О. Васильева. – Москва : Малыш, 1982. – С. 67–71.

Бобы и горошинки в авторских сказках



Андерсен, Ханс Кристиан. Принцесса на горошине / Х. К. Андерсен ; [пер. с датского А. В. Ганзен] // Полная хрестоматия по чтению для начальной школы. 1 класс. – Санкт-Петербург : Нева, 2004. – С. 300–301.

Очень коротенькая, но очень известная сказка, повествующая об одной маленькой горошинке, которая помогла принцу найти свою любовь.



Андерсен, Ханс Кристиан. Пятеро из одного стручка / Х. К. Андерсен // Золотые сказки / худож. В. Т. Чапля. – Москва : Наше наследие : Корона-принт, 1993. – С. 146–149.

Сказка о том, как важно верить в чудо, которое может совершить даже маленький росток горошины.

Дисней, Уолт. Микки и волшебная фасоль / Уолт Дисней; пер. с англ. А. Кочарова. – Москва : Эгмонт Россия Лтд, 2002. – 41 с. – (Книжный клуб Диснея).

У трёх бедных фермеров – Микки, Дональда и Гуфи – из еды остались только корочка хлеба и фасолинка. Тогда они решили продать свою единственную корову, чтобы купить какой-нибудь еды. Что же из этого получится?..



Иванов, Альберт Анатольевич. Раз – горох, два – горох : сказки / А. А. Иванов ; худож. Е. Подколзин. – Москва : АСТ : Астрель, 2005. – 64 с. – (Планета детства).



Мамин-Сибиряк, Дмитрий Наркисович. Сказка про славного царя Гороха и его прекрасных дочерей царевну Кутафью и царевну Горошинку / Д. Н. Мамин-Сибиряк // Великие сказочники мира / [сост. А. Старовойтов ; худож. В. Кадочников]. – Пермь : Капик, 1992. – Т. 2. – С. 64–106.

Художественные фильмы и мультфильмы



«Джек в стране чудес» (1974), реж. Гисабуро Сугии.

Популярный японский полнометражный аниме-фильм производства студий «Group TAC» и «Нихон Герарудо Эйга», созданный по мотивам сказки «Джек и бобовый стебель».



«Принцесса на горошине» (1976), реж. Борис Рыцарев.

Художественный фильм-сказка, снятый по мотивам произведений Ганса Христиана Андерсена: «Принцесса на горошине», «Свинопас», «Дорожный товарищ», «Самое невероятное».



«Раз – горох, два – горох...» (1981),
реж. Александр Давыдов.

Советский мультипликационный фильм по сказке Альберта Иванова «Как Хома и Суслик последнее поделили».



«Джек и бобовый стебель» (2010),
реж. Гэри Дж. Танниклифф.

Красочный фильм, снятый по одноимённой классической английской сказке, которую не раз экранизировали ранее.

Мила Майская. «Фасолькины сказки».

Режим доступа: <http://www.proza.ru/2014/08/30/1281>

Фасолька – это не растение с красивыми красными цветками, похожими на мотыльков. Фасолька – это маленькая девочка. Вы скажете, что таких имён у девочек не бывает. А вот и бывают! Это бабушка придумала ей такое смешное имя...

Фасолька очень любит слушать сказки, которые ей рассказывает бабушка. Вскоре сказок накопилось столько, что они перестали помещаться в бабушкиной голове, и девочка решила записать их на бумаге. Так получилась целая книжка Фасолькиных сказок.



Пермяк, Е. Фока – на все руки дока / Е. Пермяк // Русалочка – ротозеечка : русские писатели детям. – Тольятти : Современник, 1995. – С. 180–185.



Шаров, Александр Израилевич. Человек-горошина и Простак : повесть / А. И. Шаров ; худож. Ника Георгиевна Гольц // Москва : Эксмо, 2014. – 128 с. – (Книги – мои друзья).

Герой этой сказочной повести простодушный, но добрый и отважный, вынужден отправиться на поиски места в жизни. В конце концов он оказывается учеником сказочника метра Ганзелиуса, прозванного за его рост Человек-горошина. По окончании обучения юному сказочнику предстоит противостоять злему колдуну Турропуто, Ножницам и Одинаковым Человекам, не позволить времени пойти вспять и помочь окаменевшему сыну своего учителя и сказочной Принцессе найти друг друга.

Конь, скатерть и рожок // Русские народные сказки / [по изданиям А. Н. Афанасьева]. – Йошкар-Ола : Марийский полиграфическо-издательский комбинат, 1996. – С. 211–213.

Королева и гигантские бобы : [итальянская сказка] // Рубиновая книга лучших сказок мира / [пер. с англ. и сост. Галина Петровна Шалаева]. – Москва : АСТ : Слово, 1998. – С. 352–357.

Лиса-плачя : русская народная сказка // Сказки о животных / [худож. Н. В. Алёшина]. – Москва : Эгмонт Россия Лтд, 1999. – С. 26–29. – (Библиотека русской сказки).

Мальчик Бебеле : [еврейская сказка] // Самое главное / [сост. А. И. Гурский ; худож. Т. В. Кублицкая]. – Минск : Юнацтва, 1992. – С. 64–67.

Еврейская сказка о фасолине, которая стала мальчиком и его приключениях.

Мужик, журавли и медведь // Удмуртские народные сказки. – Изд. 2-е, доп. – Ижевск : Удмуртия, 1976. – С. 248–249.

Мужик и журавли // Хлеб с мёдом : удмуртские народные побасенки. – Ижевск : Издательство «Удмуртия», 1972. – С. 14.

Почему кукуруза и фасоль растут вместе: сказка индейцев Орейра. Режим доступа: <http://www.trimedveda.ru/skazki/page/>

Жил Одинокий. Стало ему скучно одному, и пошёл он искать себе невесту. А замуж за него хотели сова, лягушка и кукуруза. Кого же он выберет?..

Таракан и горох // Удмуртские народные сказки. – Изд. 2-е, доп. – Ижевск : Удмуртия, 1976. – С. 103–104.

Сказка о том, как упавший на пол горох встретил голодного таракана.