

Загадки о овсе.

В поле сережки на тоненьких ножках.

(Овес)

Все поле в сережках.

Овес

Как во поле на кургане

Стоит курица с серьгами.

(Овёс)

Информация о растении овёс .

Однолетнее травянистое растение, вид рода Овёс (*Avena*), широко используемый в сельском хозяйстве злак. Овёс посевной — неприхотливое к почвам и климату растение со сравнительно коротким (75—120 дней) вегетационным периодом, семена прорастают при +2°C, всходы переносят небольшие заморозки, поэтому культура с успехом выращивается в северных областях.

Сказки о овсе.

Овсяные зерна.

Дул холодный ветер, и ледяной дождь порой превращался в снег. Маленькая продрогшая фея с трудом пробиралась сквозь непогоду: снег залеплял ей глаза, и она ничего не видела. Только благодаря волшебной палочке, которую она крепко сжимала в руках, ей удалось, наконец, добраться до магазина. Фея целый час отогревалась у батареи, но это однако не спасло ее от простуды.

— Если бы ты каждый день пила отвар из моих зерен, то никогда не простужалась бы, услышала она.

Это сказал пакет с овсяными зернами. Рядом с ним на полке лежали пакеты с другими овсяными продуктами: крупой, хлопьями, печеньем.

— К сожалению, я с тобой еще не познакомилась, ответила фея и перелетела поближе к пакету.

— Овес испокон веков считается самым популярным лечебным злаком.

Блюда из него назначаются во все диеты, а его лечебным свойствам можно посвятить отдельную книгу, — объяснил пакет фее.

— Расскажи, пожалуйста, почему овес так хорошо укрепляет организм? — поинтересовалась фея.

— Овес, милая фея, по своему составу близок к женскому молоку — лучшему детскому питанию. В древности «овсяным молочком» младенцев кормили, если у матери молока не было. Людям после тяжелых болезней и особенно детям овсянка быстро помогает восстановить силы.

В овсе очень много полезных элементов: железа, серы, фосфора, йода,

витаминов В и А.

Отвар из зерен овса — просто волшебное лекарство.

Хочешь, я расскажу тебе сказку о том, какую великую пользу он может принести людям.

Чудесный отвар.

Жил в одной деревне добрый старик. Было у него небольшое поле, на котором он из года в год овес сеял. Никогда старик на урожай не жаловался: овес — растение неприхотливое.

Одна беда: из-за овса его в деревне не любили. В те времена люди считали овес сорняком, который вытеснял на полях благородные хлеба.

— Как ты можешь выращивать это варварское растение? Мы от его натиска пшеницу да рожь спасаем, а ты из него хлеб печешь!? — возмущались люди.

Поначалу старик и сам плохо к овсу относился. Но в один засушливый год, когда не уродилась у него пшеница, а среди ее скудных колосьев повсюду шелестели овсяные стебли, он подумал:

— Соберу-ка я этот овес. Может, хоть на похлебку он сгодится — не пропадать же зимой с голоду.

Когда пришло время, собрал он серебристые овсяные зернышки в тонкой оболочке и смолот из них муку. Лепешки из овсяной муки получились не хуже пшеничных и ржаных. Заметил старик, что овес не требователен к почве да и жару с холодом переносит лучше других зерновых. Солому овсяную конь его с большим аппетитом ел и после этого корма без усталости в поле работал. Стал старик самые крупные зерна овса в землю сажать, и вскоре из пшеничного превратилось его поле в овсяное.

— Пшеница, ячмень да рожь капризные, а овес мой и сквозь лапоть прорастет, — говорил старик, радуясь большим урожаям овса.

Не раз приглашал старик соседей своих на овсяные блины, да все они наотрез отказывались:

— Вот еще, сам свои сорняки ешь!

Как-то выдалась зима на редкость суровой, а лето сухим. Собрали люди со своих полей скудные урожаи.

Каждое зернышко — на вес золота. Только на поле старика овес как ни в чем не бывало колосился.

— Ничего с этим сорняком не случается, — косились люди в сторону овсяного поля.

Голодно в тот год в деревне было, люди болеть начали: одного ревматизм замучил, у другого желудок разболелся, у третьего — в груди закололо так, что не вздохнуть. Стал старик по домам ходить, рассказывать, что овес его и накормит, и вылечить может, да все напрасно: никто его слушать не захотел. Пошел старик в амбар, где у него мешки с овсом хранились, запер дверь и расплакался.

— Слушай, старик, я знаю, как беде твоей помочь.

Пригляделся старик и увидел гномика в желтой шапочке, похожей на нежный овсяный цветочек.

— Меня зовут овсяным гномиком, — приветливо сказал гномик. — Я

родился из самого большого овсяного зернышка. Давно я с тобой поговорить хотел, да не решался: люди — существа недоверчивые. Сейчас вижу, пришло время помочь тебе с бедой справиться. Сделай все, как я скажу, и не будет больше в деревне голода и болезней.

— Все сделаю, лишь бы люди по глупости своей не страдали, — ответил старик, а гномик продолжил:

— Высыпь ведро овса в большой котел и залей кипятком, а затем вари, пока не получится из него густой кисель. Когда пригостишь отвар овсяный, спокойно ложись спать, а утром жди гостей.

Не успел старик опомниться, как овсяный гномик исчез, будто его и не было. Сначала старик подумал, что все это ему во сне привиделось. Он ущипнул себя за ногу, протер глаза и вскоре убедился, что не спит. Сварил он тогда отвар овсяный, как гномик ему велел, и лег спать.

В эту ночь многим жителям деревни приснился один и тот же сон: что угостил их старик густым и душистым отваром жизни, и что отвар этот вернул им силы и здоровье.

Старик еще спал, когда ему в окно постучали:

— Говорят, старик, у тебя какой-то чудесный отвар есть?

Может нальешь мисочку для меня и жены моей — спросил его сосед.

Старик сразу понял о каком напитке идет речь, и с удовольствием угостил соседа густым овсяным отваром. Не успел один сосед уйти, два других появились.

Целый день старик жителей деревни овсяным отваром поил. На другой день снова пришлось ему овсяный отвар варить, и так всю неделю продолжалось. От овсяного отвара стали люди выздоравливать.

— Спасибо тебе, гномик, что помог людям с бедою справиться, — каждый раз говорил старик, когда приходил в амбар за новой порцией овса для отвара.

Однажды гномик откликнулся:

— Не меня благодари, а свое овсяное поле. Это оно людям вещей сон про напиток жизни послало: очень оно тебя любит за труды твои.

Через некоторое время пришел к старику деревенский староста, поклонился ему до земли и говорит:

-Напиток твой целебный, всех в деревне на ноги поднял. Расскажи, из чего он сделан?

— Напиток этот лечит все болезни, потому что приготовлен из целебных овсяных зерен. Если пить его по стакану в день, то любой голод можно пережить и любую хворь прогнать, — ответил старик и добавил:

-Целебней овса зерна нет: в нем и белки, и жиры, и углеводы, и витамины самые разные. Не зря мой конь так его любит, да и другие звери не прочь им полакомиться.

- Прости нас, старик, за недоверие. Если остался у тебя еще овес драгоценный, поделись им с нами. Мы в долгу не останемся, — попросил староста.

Обрадовался старик, и отдал для жителей деревни большую часть своих овсяных запасов.

С тех пор все в деревне стали на своих полях овес выращивать, и никогда больше не страдали от голода и болезней.