**Помидор или томат** - одно из самых распространенных овощных растений на земле. Какое из этих названий правильное?

На древнем мексиканском языке растение называлось «томатль». От него и пошло русское слово «томат». Слово «помидор», по мнению не­которых исследователей, происходит от итальянского названия «помио д'оро» — что в переводе означает «золотое яблоко». Другие ученые считают, что это слово образовалось от французского сочетания «пом д'амор», пе­реводящегося как «любовные яблоки».

Итальянцы и французы сравнивали помидор с яблоком. Они похожи округлой формой и цветом: зеленым, розовым, ярко-красным или золотисто-желтым.

Помидоры — сочные овощи, внутри у них мелкие желтовато-белые семена.

В настоящее время известно более двух тысяч культур­ных разновидностей томатов. Плоды томата стали очень разнообразными по форме, окраске и величине. У одних сортов плоды не больше грецкого ореха, у других весят от 200 до 600 граммов (например, сорт «Золотой шар»).

**Родина томатов** — Мексика, Перу, Чили, Гватемала — тропические страны Южной и Центральной Америки.

Одной из первых стран, начавших в XVIII веке выращивать помидоры как овощи, оказалась Россия. Это случилось благодаря замечательному русскому ученому-агроному Андрею Тимофеевичу Болотову.

**Томат** - Из Южной Америки,

Попал к нам большой

Ярко-красный томат.

Сначала он клумбы

В садах украшал,

А после в борщи

И салаты попал.

Он свежий, приятный

И сочный на вид,

Он соком томатным

Тебя угостит!

**Какие же полезные вещества содержатся в томатах**? Это сахара, клетчатка, минеральные соли магния, на­трия, калия, железа, лимонная и яблочная кислоты и большое количество витаминов.

**Что же можно приготовить из помидоров?**

Из томатов готовят сок, пасту, соусы, в том числе знаменитый «Кетчуп». Помидоры добавляют в салаты, разнообразные мясные и овощные блюда, их солят и маринуют.

Стебли и листья помидоров обладают способностью убивать насекомых-вредителей. Поэтому отваром из ботвы этих овощей опрыскивают многие огородные растения.

**Вопросы для закрепления материала:**

1.Какое название правильное: «томат» или «помидор»? Как выглядит помидор?

2.Почему итальянцы и французы сравнивали помидор с яблоком?

3.Где родина помидоров?

4.Благодаря кому помидоры стали выращивать как овощи?

5.Какие полезные вещества содержатся в помидорах? Какие блюда готовят из помидоров?

6.Почему отваром из ботвы помидоров опрыскивают огородные растения?

**ПОМИДОР**

****

****

**Баклажан** — близкий родственник томата и перца. Все эти овощи относятся к семейству пасленовых.

Стебель у него прямой, крепкий, ему не требуется опора: ни колышки, ни изгородь. Листья в форме сердечка прикреплены к длинным черешкам, а цветы собраны в небольшие кисти.

Плод баклажана по форме напоминает грушу. Гладкий, словно отполированный, темно-синий, лиловато- розовый или фиолетовый плод покрыт плотной кожурой. Мякоть у него очень нежная, зеленовато-желтая с мелкими семенами. В народе баклажаны называют «синенькими».

**Родина баклажанов** — **Индия.**

Помидора брат родной

К нам пришел из жарких стран

Вкусный Овощ баклажан.

Помидора брат родной,

Но с лиловой кожурой.

Видел ты его, Ванюша!

Формой он похож на грушу,

Плотный, гладкий, весь блестит,

Будто лаком он покрыт!

В некоторых европейских странах баклажаны использовали только как лекарственное растение. Сухие листья растирали в ступке, готовили порошки для лечения болезней суставов, а сок принимали люди с больной печенью.

Культивировать баклажаны как продукт питания жители Европы стали только с открытием Южной Америки. Понять ценность баклажанов и способ их приготовления помогли европейцам индейцы, которые выращивали этот овощ, называя его «бадиджан». Вероятно, это индейское слово и превратилось в русское название «баклажан».

В России баклажаны возделывались почти одновременно с помидорами и выращивались в южных районах, где много влаги и солнечного света, или в теплицах и парниках.

В наше время баклажаны выращиваются почти во всех европейских странах. Особую любовь и признание они получили в Испании, Франции и Болгарии.

Плоды баклажанов — природная кладовая полезных веществ! В них **содержатся** белки, углеводы, минеральные соли и витамины.

**Какие же вкусные блюда можно приготовить из «синеньких»?**

Их жарят, тушат с томатами, мясом и грибами, фаршируют мясным фаршем и овощами, маринуют, делают из них баклажанную икру.

Мы натушим баклажаны

С мясом, луком и сметаной,

Их на блюде подадим

И с друзьями их съедим!

**Вопросы для закрепления материала:**

1.Как выглядит баклажан?

2.Где родина баклажанов?

3.От какого индейского слова происходит название «баклажан»?

4.Какие полезные вещества содержатся в баклажанах?

5.Какие блюда готовят из баклажанов?

**БАКЛАЖАН**



**ПЕРЕЦ**

**Родина** этого растения — южные страны с тропическим климатом, жарким и влажным: Мексика, Перу и Гватемала.

**Как выглядит плод горького перца?**

Это длинный изогнутый стручок ярко-красного цвета, наполненный мелкими плоскими семенами. В разных странах его называют по-разному: стручковый, красный, острый, жгучий. В Венгрии горький перец называют паприкой.

В горьком перце ***витамина С*** больше, чем в других овощах, кроме того, в нем есть сахар, белки, каротин и микроэлементы. Настойкой горького перца лечат болезни желудка, а перцовый пластырь часто используют вместо горчичников при простудах Препаратами, приготовленными из горького перца, лечат тяжелую болезнь - цингу, которая возникает, когда в организме не хватает витамина **С.** В пищу горький перец употребляют в виде приправы.

Горький перец

Кто его положит в рот,

Тотчас губы обожжет!

Слезы побегут из глаз,

Жгучий жар волной обдаст.

Перец, горький, как горчица,

Для приправы пригодится!

В XVIII веке в европейских странах стали возделывать **сладкий перец.**

У перца травянистый стебель. Листья сладкого перца продолговатые, бело-жёлтые или серебристо-фиолетовые цветы располагаются в тех местах, где ветви растения разветвляются.

Плоды сладкого перца имеют разную форму: от удлиненной до шарообразной, и напоминают яркие фонарики желтого, красного, темно-зеленого, светло-зеленого и кремового цвета.

В перце содержится много сахара, белка, каротина, а по количеству витамина С сладкий перец чемпион среди овощей!

Перец фаршируют овощами, мясом, рисом, его жарят, маринуют, а в свежем виде добавляют в салаты. Зрелые плоды ярко-желтого или красного цвета украшают праздничный стол.

**Вопросы для закрепления материала:**

1.Какие разновидности перца вы знаете?

2.Где родина перца?

3.Как выглядит горький перец?

4.Какие полезные вещества содержатся в горьком перце?

5.Как горький перец употребляют в пищу?

6.Как выглядит сладкий перец?

7.Какие полезные вещества содержатся в сладком перце?



****

****

Разноцветные фонарики

Украшают огород,

Словно елочные шарики

На ветвях под Новый год.

Для меня они — отрада!

Но пришлось мне потрудиться,

Чтобы вырастить рассаду

Перца сладкого в теплице.

Я ему готовил грядки,

Поливал его, берег,

И зажег мне перец сладкий

В огороде огонек!

**Огурец** — травянистое, стелющееся растение. Цветы огурцов небольшие, ярко-желтые, обладают приятным ароматом и привлекают шмелей и пчел, которые опыляют их. Плод огурца ярко-зеленый, небольшой, продолговатый.

Свежий огурчик

Среди листьев изумрудных

Спрятался огурчик.

Отыскать его нетрудно —

Вот же он, голубчик!

Он блестящий И колючий,

Он хрустящий И пахучий.

Положу его в салат,

То-то будет аромат!

Если вы разрежете огурец, то увидите сочную мякоть с небольшими семечками.

Про огурец сложена такая загадка: «Без окон, без дверей, полна горница людей».

Люди употребляют огурцы в пищу уже более 6 тысяч лет**. Родина** огурцов — Юго-Восточная Азия.

Слово огурец происходит от греческого слова «аугурус», что означает «неспелый», «недозрелый». В самом деле, огурцы употребляют в пищу недозрелыми.

В России огурцы появились очень давно в IX—X ве­ках. Из всех овощей огурцы, пожалуй, наименее питательны: в них 97% воды, мало белков и витаминов, зато огурец является источником минеральных веществ. Люди любят огурцы за их несравненный аромат и вкус, который создают эфирные масла и органические кислоты.

Эти вещества возбуждают аппетит, улучшают работу желудка. Есть в огурцах и ферменты - вещества, улучшающие усвоение витаминов.

**Какие же блюда готовят из огурцов?**

Огурцы едят в свежем виде, кладут в салаты и винегреты, маринуют и солят. Огуречный сок прекрасно действует на кожу - очищает и предохраняет ее.

Огурцы любят теплый и влажный климат, ведь родина этого растения - тропики, где всегда очень влажно и жарко. Они хорошо растут на плодородных, удобренных почвах.

В середине лета с огородов тянет крепким запахом огурчиков и укропа. В это время хозяйки собирают огурцы и готовят их для засолки.

Лучше всего засаливать огурцы в дубовых кадках, добавляя в соленья для вкуса и аромата чеснок, укроп, листья смородины и вишни. В старину бочки с засоленными огурцами опускали в речные омуты. Вода в омутах холодная и соленья хорошо сохранились.

**Вопросы для закрепления материала:**

1.Как выглядит огурец?

2.Где родина огурцов?

3.Какие полезные вещества содержатся в огурцах?

4.Какие блюда готовят из огурцов?

Мы в деревне с бабой Олей

Огурцы к зиме засолим.

Чтоб соленье вышло знатным,

Аппетитным, ароматным,

Чтоб огурчики блестели,

На зубах у нас хрустели,

В кадку мы кладем чеснок,

И смородины листок.