

This text has no standard translation into English, and therefore presented in its original language. You can use the tool "Translate Tools" (on the page top left) to carry out on-line translation.

**КАЛИНА ЗВИЧАЙНА** (рос. калина обыкновенная) — *Viburnum opulus* L.

Росте по всій території колишнього СРСР уздовж річок, озер, боліт, на узліссях. Здавна відома нашому народу, в багатьох старовинних піснях оспівана. Любив і любить її народ не тільки за красу, а ще й за те, що вона має неабиякі цілющі властивості, що її плоди збагачували раціон наших предків. До ґрунту калина не вимоглива, легко приживається на новому місці, добре очищає повітря від пилу, виділяючи при цьому фітонциди.

В арсенал лікувальних засобів прийнято кору калини, зібрану напровесні та висушену на повітрі. Екстракт з кори як кровоспинний засіб застосовується при внутрішніх кровотечах, особливо в гінекології, як протисудомне та заспокоююче при істерії, як знижуюче кров'яний тиск. Есенція із свіжої кори калини застосовується в гомеопатії, а квітки та плоди — при запаленнях слизової оболонки верхніх дихальних органів та ротової порожнини, а також у ветеринарії при ящурі.

У корі містяться: глікозид вібурнін, до 2 % таніну, 6,5 % смол, цукроза, органічні кислоти, фітостеролін, фітостерин, міріциловий спирт. В дозрілих плодах містяться: до 32 % інвертного цукру, до 3 % дубильних речовин, до 82 мг % вітаміну С, марганець, цинк, пектинові речовини, каротин, вітамін Р, органічні кислоти (оцтова, мурашина, ізовалеріанова, каприлова).

Свіжі плоди можуть викликати блювання, але після морозів вони вживаються для приготування киселю, мармеладу, оцту, варення, компотів та для начинювання пирогів. Сік ягід іде для підфарбовування харчових продуктів.

У народній медицині кору застосовують при золотусі, носових кровотечах, а настій з плодів — при геморої, сік — при горлових простудах, як пом'якшуюче полоскання, як послаблююче, при хворобах шкіри, плоди і квіточки — слизових оболонок рота, горла, носа, крім того, як засіб, який виліковує рак. Калина — медонос, дає багато нектару і пилку.

**Калина в цукровому сиропі.**

1 кг плодів, 1 л цукрового сиропу, (45%-ного). Ягоди перебрати, помити, відкинути на друшляк, покласти в скляні банки, залити гарячим сиропом, пастеризувати 30 хв.

**Сік з калини.**

1 кг ягід, 200 г цукру, 200 мл води. Ягоди приготувати так, як і для сиропу, сік віджати, мезгу залити водою, 7 хвилин проварити і процідити, з'єднати відвар із соком, докласти цукор, розмішати, охолодити. Використовувати для напоїв і страв.

**Сироп з калини.**

0,5 л соку, 1 кг цукру, 4 г цитринової кислоти. З'єднати сік і цукор, варити до повного розчинення цукру, зняти пінку, покласти цитринову кислоту, прокип'ятити 7 хвилин, розлити в пляшки.

**Калина в цукровій пудрі.**

0,5 кг ягід, 200 г цукрової пудри, 20 г крохмалю. Підготовані ягоди покласти в широку миску, пересипати їх сумішшю цукру з крохмалем, в суміші ягоди старанно обкачувати хвилин 12. На повітрі обсушити протягом 12 годин.

**Кисіль з калини.** 150 г соку, 300 г цукру, 120 г картопляного крохмалю, 2 л води. Сік розвести водою, нагріти, щоб був гарячим, влити крохмаль, попередньо розведений у невеликій кількості холодної кип'яченої води, всипати цукор, ретельно розмішати, довести до кипіння.