

Меня задолбала свекровь. Мы с ней живём за тыщу километров друг от друга — я в Петербурге, она в Краснодаре, но раз в полгода-год кто-нибудь приезжает к кому-нибудь в гости, и начинается кухонный ад. Вы уже подумали о наваристых борщах, горах жареных баклажанов и прочих орудиях сокрушительного кубанского гостеприимства? А вот и нет. Свекровь моя — адепт и фанат здорового питания. Питания, которое в нашей семье не считает здоровым никто, кроме неё.

В гостях свекровь встаёт раньше всех и рвётся готовить детям (т. е. внукам) завтрак. ОК, показываю: «Питьевую воду брать отсюда, вот молоко, вот овсянка, пшено, рис, манка, выбирайте, что хотите. Вы, конечно, лучше меня знаете, как варить, столько лет своим варили... После каши можно ещё сырок выдать или вот желе на сладкое, если попросят».

Возвращаюсь из ванной, вижу детей, уплетающих сырки пополам с желе. Свекровь огорчена: отказались от каши. Короткое расследование показывает, что она просто залила овсяные хлопья кипятком. Без соли и сладостей. Хлопья, которые надо обязательно варить, а если запаривать, то заранее. На мой вопрос, зачем так издеваться над детьми, свекровь выдала, что они скоро пойдут в детсад, а там никто не спрашивает, нравится им еда или нет. И вообще, при варке разрушаются витамины. Чё уж, надо было им просто овса насыпать — для лошадиного здоровья!

В другой раз мы приехали в гости к свекрови. На ужин объявляется мороженое. На деле в миске лежит горка обезжиренного творога, политая то-о-онким слоем растопленного мороженого. Мороженое — оно ж сладкое и жирное, а творог — полезный.

На обед — «студенческие» супы из плавленных сырков и рыбных консервов (наверное, это можно приготовить вкусно, но у свекрови не получилось). Рис и гречка варятся с добавлением воды на глаз («Что-то не проварилось, надо ещё плеснуть! Ой, размазня вышла!») и без соли. После шести жизнь на кухне замирает. Утром — та же овсянка на воде или вчерашняя гречка, залитая для бодрости яйцом.

Пробовала готовить сама. Нажарила картошки с тёртым сыром — калорийно, а жареное вредно. Потушила лосося с зелёным луком — в рыбе йод, его переизбыток вреден. Сварила грибной суп — вкусно, но очень уж долго его готовить, не надо больше.

И вообще, грибы столько всего в себя впитывают, пока растут... А ещё у свекрови всего одна сковородка и две кастрюли, которые уже заняты несолёным рисом и гречей-размазнёй, которые не ест никто, кроме неё. Ну да ладно, Краснодар — большой город, нашли магазин и кафешку, куда ходили тайком, в самое пекло и окружным путём.

И грех бы мне задалбываться: ну не умеет женщина в 60 лет готовить, ну и ладно, это её личное дело, и вообще, долой кухонное рабство. Но она теперь регулярно промывает нам мозги. Каша на молоке избалует детей. Суп-пюре со сливками вызовет ожирение. Тосты на завтрак хороши, если не класть на них сыр и паштет. Человеку достаточно трёх стаканов еды в день. Ежедневно надо выпивать строго два литра воды — независимо от погоды, нагрузки, телосложения и здоровья. И так далее. Вся эта мешанина, приправленная отборными перлами Малышевой и Малахова, выдаётся нам при каждом разговоре как истина в последней инстанции.

Перед отъездом свекровь жалуется, что уже 10 лет не может сбросить вес. Да-да, сидя на самой сбалансированной и полезной диете в мире, она не худеет, хотя очень хочет. А, ещё забыла сказать: 10 лет назад у неё обнаружили заболевание щитовидной железы, из-за которого она теперь пьёт кучу лекарств, в том числе гормональных. Но вес, конечно, растёт не от этого, а от еды. И у нас вырастет, если мы не перестанем жрать каши на молоке и супы со сливками.

Я точно знаю, что свекровь любит советоваться с врачами по всем вопросам. Видимо, они считают, что скудный рацион не ухудшит её здоровье (хотя лично меня это уже начинает всерьёз беспокоить). Но нашу маленькую семью он задолбал страшно.

Пойду лепить котлеты к обеду. Говяжьи. Только свекрови не говорите — задолбает.

[Read Full Article](#)