Правила написания

1. Объем основной статьи не более 8000 знаков. При этом пользователь получает исчерпывающий ответ на вопрос, без воды. **Вся вода будет удаляться.**
2. Статья разбита на части с **заголовками и подзаголовками, списками, цитатами и другими элементами**. Важные предложения выделены жирным (важность) или наклонным (точка зрения) начертанием.
3. Статья начинается с приветствия читателей + рассказа (**с использованием основного ключа**), что человек найдет в статье — [изучить примеры](https://docs.google.com/document/d/1MSi-LuBQ2RaNr-JknnZCTaGmrWw92zlkBcmjZtVRHUc/edit?usp=sharing)! В заключении прощание с читателями и рекомендация поделиться в соц. сетях.
4. Не использовать художественные обороты, только факты — [изучить примеры](https://docs.google.com/document/d/1MSi-LuBQ2RaNr-JknnZCTaGmrWw92zlkBcmjZtVRHUc/edit?usp=sharing)!
5. В статьях где в структуре встречается раздел “отзывы” необходимо написать несколько выдуманных положительных отзывов.

Срок написания статьи — 2-3 дня, основной ключ проверяем в [текстус про](http://www.blog-kaplunoff.ru/programmy-dlya-kopirajterov.html) — основной ключ 3%, пересечения с источниками по [текст ру](http://text.ru) — не более 20%, тошнота по [адвего](http://advego.ru/) — академическая тошнота не более 6-9%; Тошнота по слова не более 4%.

Основной ключ 3% по текстус про

арония черноплодная

Желательно использовать слова **НЕ в точном вхождении**

аронии черноплодной (1)

арония красная (4)

арония черноплодная фото (2)

варенье из аронии (1)

вино из аронии в домашних условиях (1)

лечебные свойства и противопоказания (1)

на зиму (2)

посадка и уход (2)

рецепты (1)

Примерный план статьи

На усмотрение автора, но без воды.

Статья для сайта (6 - 8 тыс. зн.б.п.)

Здравствуйте, уважаемые читатели! В статье расскажем что такое арония черноплодная - обсудим особенности посадки и ухода, приведем рецепты применения аронии в кулинарии.

Арония черноплодная - кустарник семейства розоцветных. Его высота достигает до 3 метров в высоту, корневая система расположена рядом с поверхностью. В начале цветения побеги имеют темно-бордовый оттенок, по мере созревания окрашиваются в темно-серую гамму. Листья овальные и зеленые, до 8 см. в длину, до 5 см. в ширину, имеют зубчатые края. По мере цветения во второй половине сентября листья рябины приобретают красноватый оттенок. Цветки аронии имеют красный оттенок с сизым налетом, период цветения с мая по сентябрь. Ягоды аронии черноплодной созревают в августе и сентябре. Отметим, что в России более 15 видов аронии. Среди них особенно выделяют аронию черноплодную, аронию красную, аронию Мичурина.

## Особенности посадки и ухода рябины

Оптимальное время для посадки аронии - конец сентября или начало ноября. Культура не требовательна к составу почвы - одинаково хорошо растет как на кислых, так и на песчаных грунтах. Но лучше всего расцветает на хорошо освещенных участках с влажной суглинистой почвой.

Посадочные ямы копают по размеру корня на расстоянии 2-х метров друг от друга. Землю посадочной ямы смешивают с ведром компоста, добавляют минеральные удобрения (суперфосфат и сернокислый калий). Заполняют яму на треть этой смесью, выливают ведро воды. Когда жидкость впитается, помещают саженец в центр углубления так, чтобы корневая шейка была над поверхностью земли на 2 см. Затем высыпают смесь до конца, утрамбовывают поверхность и снова поливают водой.

В период цветения рябина нуждается в частых поливах и подпитке. Весной подпитывают кустарник азотом, а после цветения - минеральными удобрениями, которые поддерживают кислотность и плодородность почвы. Осенью принято подпитывать землю органикой и фосфорно-калийными удобрениями.

Обработку от вредителей и болезней проводят ранней весной и осенью. До момента распускания почек кустарник опрыскивают бордоской жидкостью, а после листопада - снабжают кустарник 7-ипроцентным раствором мочевины.

Кусты аронии периодически прореживают, чтобы не допустить скученности, переплетения кустарников. Обрезку проводят после сохранения кустов на зимний период или ранней весной до начала вегетативного процесса. При этом происходит удаление заломленных и криво растущих побегов. Если аронию выращивают для декоративных целей, то также вырезают старые отплодоносившие ветви. Можно обработать срезы толстых веток садовым варом. При посадке и уходе за растением следует соблюдать четкий график обработки кустарников, в противном случае рябина может “заболеть”, перестать плодоносить.

Урожай собирают в конце сентября - начале декабря. Ягоды для переработки собирают отдельными плодами. Для сушки плоды собирают щитками, развешивая их на проволоке. Процедуру сушки проводят в помещении с хорошей вентиляцией. Рябина хранится в свежем виде в деревянных ящиках около 2-х месяцев при температуре +10°С. Срок хранения сырья для дальнейшего употребления в кулинарии - 2 года. На фото ниже представлены все периоды созревания аронии черноплодной.

## Лечебные свойства и противопоказания

Арония черноплодная применяется не только как декоративное растение, но и в как лекарственное средство против многих болезней. Она имеет разнообразный химический состав, комплекс витаминов группы В, С, А, У, дубильные вещества, макро- и микроэлементы.

Употребление аронии показано при:

* сердечно-сосудистых заболеваниях;
* нарушения работы дыхательных путей;
* гипертонии;
* заболеваниях ЖКТ;
* заболеваниях эндокринной системы;
* нарушении обмена веществ;
* снижении иммунитета, частых простуд и ОРВИ
* профилактике раковых заболеваний;
* при нервных перенапряжениях, стрессах, бессоннице.

Также свежие ягоды рекомендуют для профилактики атеросклероза, при диабете и нарушении работы головного мозга. Она способствует выведению лишней жидкости, очищению организма от шлаков и токсинов. А свежим соком можно обрабатывать ожоги и кожные очаговые инфекции.

Наряду с лечебными свойствами есть и противопоказания. Ягоды содержат большое количество аскорбиновой кислоты, чрезмерное их употребление может привести к обострению гастритов, язв, увеличению свертываемости крови. С осторожностью стоит применять их в своем рационе беременным женщинам, и в период лактации. Рекомендуем перед употреблением проконсультироваться со специалистом для уточнения дозировки приема.

## Применение аронии в домашних условиях

Плоды аронии красной и черноплодной используют как в свежем, так и в замороженном виде. Никакая обработка не влияет на лечебные свойства ягод. Можно варить компоты, делать варенье из аронии, джемы и мармелад. В домашних условиях можно приготовить даже вино из аронии.

### Сок аронии красной

**Ингредиенты:**

* ягоды аронии красной - 1 кг.;
* вода кипяченая - 750 мл.

**Способ приготовления**

Измельчите ягоды в блендере, смешайте смесь с 300 мл. воды. Поставьте кашицу на плиту, нагрейте до 60 °С и оставьте на конфорке на 10 минут, периодически помешивая. Поставьте смесь под пресс, для этого хорошо подойдет трехлитровый бутыль и тарелка. Затем отожмите сырье с помощью марли, поместите в эмалированную кастрюлю, залейте оставшейся водой. Оставьте настаиваться 3-4 часа, снова отожмите. Соедините сок первого и второго отжима, еще раз профильтруйте через марлю. Жидкость нагрейте до 80 °С, а затем перелейте в стерилизованные банки. Храните напиток в холодильнике.

Сок аронии красной принимают при резких скачках артериального давления. Систематическое употребление улучшает работу ЖКТ, печени и почек, повышает иммунитет. Также оказывает мягкое мочегонное и желчегонное воздействие.

Для профилактики от болезней принимайте 50 мл. свежего сока с 1 ст.л. меда 3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс приема 10-30 дней в зависимости от самочувствия.

### Отвар аронии черноплодной

**Ингредиенты:**

* высушенная рябина - 20 гр.;
* вода кипяченая - 250 мл.

**Способ приготовления**

Новую порцию отвара готовьте каждый день с вечера. Тщательно промойте плоды. Залейте ягоды кипятком, дайте настояться 5-7 минут. Поставьте кастрюлю на плиту, варите отвар на медленном огне в течение 10-15 минут. Затем остудите, процедите через марлю. Принимайте отвар за 20 минут до еды по 0,5 стакана.

Систематическое употребление отвара улучшает пищеварительные функции организма, снижает уровень холестерина и сахара в крови, способствует очищению организма от зашлакованности. Для улучшения вкусовых качеств можно добавить лимон или мед.

### Варенье из черноплодной рябины

**Ингредиенты:**

* арония черноплодная - 1 кг.;
* сахар - 1500 гр.;
* вода кипяченая - 700 мл.

**Способ приготовления**

Промойте рябину, очистите от плодоножек. Поместите ягоды в глубокую миску, залейте холодной водой. Оставьте на сутки в прохладном месте. Смешайте сахар и 700 мл. кипяченой воды. Поставьте на медленный огонь, варите до получения однородного цвета сиропа. Слейте воду с плодов рябины, поместите в эмалированную посуду, влейте сироп. Варите на медленном огне 20-30 минут. Перелейте готовое варенье в стерилизованные банки, закупорьте.

Это хороший вариант десерта на зиму, который не только вкусен, но и полезен. Применяют его при гипертонии, авитаминозе, для укрепления кровеносных сосудов и артерий. Дополнительными ингредиентами могут быть другие ягоды или фрукты.

### Вино из аронии черноплодной

**Ингредиенты:**

* арония черноплодная - 5 кг.;
* сахар-песок - 2 кг.;
* вода кипяченая теплая - 1 л.;
* изюм черный - 50 гр.

**Способ приготовления**

Тщательно промойте рябину и изюм, измельчите в глубокой миске с помощью блендера. Засыпьте полученное пюре сахаром, перемешайте, влейте в смесь воду. Накройте емкость марлей, оставьте на 7 дней в темном прохладном месте. Каждый день перемешивайте заготовку утром и вечером, чтобы не допустить прокисания. По истечении времени процедите сок через мелкое сито, перелейте в стеклянный бутыль, закупорьте. Остатки ягодного жмыха залейте водой, добавьте сахар. Оставьте на 3-5 дней под марлей, также помешивая два раза в день. Затем процедите через марлю. Смешайте первый и второй отжимы, разлейте по бутылкам, хорошо закройте. Оставьте в холодильнике на 7 дней. После этого перелейте напиток в новый бутыль, закупорьте и оставьте на неделю. Продолжайте процедуру до тех пор, пока брожение не исчезнет совсем. По истечении срока закройте бутылки гидрозатворами, оставьте в холодильнике на 3-4 месяца. Хранится такое вино в течение 4-5 лет при нормальной температуре от 10 до 18 градусов.

На этом наша статья подходит к концу. Расскажите о нас друзьям, поделитесь ссылкой в социальных сетях. Будьте здоровы!