

АЗБУКА

технических средств реабилитации.
Средства повышения качества жизни

В очередном выпуске Азбуки Технических Средств Реабилитации мы продолжаем рассказ о самом важном кухонном инструменте – ножах. Интернет-ссылки, упомянутые в тексте, удобно открывать с сайта газеты по адресу www.invamagazine.ru/tsr/kitchen3

Вначале немного банальностей. На кухне разумней всего иметь несколько ножей. Как минимум – большой (поварской) нож, средний и маленький. У меня их намного больше, хочу рассказать о некоторых.

На кухне нужно иметь шеф-нож. «Традиционный европейский», заточенный с двух сторон, с закругленной формой режущей кромки. Или «сантоку» – универсальный японский. А лучше что-то среднее между ними. Одно-сторонняя заточка лезвия «настоящего японца» – это на любителя. В недорогом гибриде мне понравился очень толстый обух, простая ручка, широкое лезвие, оберегающее пальцы от ударов о разделочную доску, и почти прямая форма режущей кромки. К тому же упор внизу не даёт пальцам соскользнуть с ручки под лезвие.



Шеф-нож обычно покупают с лезвием длиной около 21 см, из нержавеющей стали (быстро тупятся, но не требовательны к заточке и уходу). Их сфера деятельности – нарезка, разделка, шинковка, измельчение и отбивание. У меня на кухне висят сразу три шеф-ножа, включая совсем недорогой, с пластмассовой рукояткой чуть меньшего размера под женскую руку и Икеевский с металлической ручкой.



Нож с зазубренным режущим краем удобен для хлеба и слоеных тортов. Имеет лезвие 20-26 см с большими зазубренностями. Режет хлеб не сминая. Волнистое лезвие практически пилит острыми зубцами корку и разбирает на куски мякоть хлеба с минимумом крошек.



Но я таким практически не пользуюсь. Хлеб дома пока не пеку, а магазинный в нарезке покупаю.

А вот нож-пилку с мелким зубчатым лезвием считаю незаменимым для овощей и фруктов. На частично либо полностью волнистой режущей кромке зубцы находятся в одной плоскости (нет разводки по сторонам).



Он немного похож на пилу. Одинаково аккуратно «распиливает» подсохший лимон и помидоры с тонкой шкуркой. Незаменим, когда есть опасение, что лезвие соскользнет. Его второе (жаргонное) название – безопаска, им трудно порезаться, хотя легко поцарапаться. Иногда снабжен вилкой на кончике для перекладки разрезанных продуктов.

Говорят, что в продаже бывают ножи с пластмассовым лезвием для резки листьев салата.

И даже электрические ножи (практически лобзики). Пользоваться такими пока не пробовал.

Универсальный кухонный нож с

Поговорим о кухонных ножах?

нешироким лезвием длиной 12 - 14 см для резки продуктов и чистки овощей. Плюс отдельный нож с толстым обухом и большим углом заточки – резать мороженое мясо, например. Плюс хозяйственный нож – прочный, с толстым обухом, удобной рукояткой, небольшой многофункциональный нож, который можно использовать не только на кухне, но и в любых хозяйственных работах, дабы основные кухонные ножи не портить.

Отдельно стоит упомянуть о **керамических ножах**. На моей кухне они появились пару лет назад и стали хорошим дополнением стальных. С удовольствием пользуюсь ими для нарезки мягких продуктов. Очень хрупкие. Острые, пока новые. Возможно, ножи из чёрной керамики остаются острыми вечно, но мои из белой затупились достаточно быстро, хоть я и не резал ничего твёрдого. Точить сам не рискнул, отдавал профессионалам и теперь вновь наслаждаюсь остротой. Если вы не знаете, кто будет точить вам керамические ножи – задумайтесь о периодической покупке новых, недорогих. Набор из 5 предметов стоит дешевле, чем одна точилка для керамических ножей. А ей ещё пользоваться надо уметь. Но о точилках поговорим позже. К дополнительным преимуществам керамических ножей относят отсутствие контакта с металлом (яблоко порезать например) и инертность к запахам (сельдьку разделять например). Но своими белыми я не то что рыбные кости – даже яблочные косточки стараюсь не резать. И самое сложное – как хранить такие ножи. На магнитный держатель их не повесишь, в общий лоток не сложишь. Когда будете выбирать – подумайте и об этом.

К слову, о магнитных держателях. Говорят, что магниты в держателе должны быть прикрыты деревянной прокладкой, чтобы не затупить ножи. Для меня главный критерий при выборе магнитного держателя – его безопасность. Традиционно держатель крепят на стене горизонтально, а ножи вешают на него вертикально. Но если руки не слишком уверенно держат нож, он может не прилипнуть, а соскользнуть, поранив владельца.

Поэтому на своей кухне я повесил вертикально широкий двухрядный держатель 42 см длиной. Нож прилипает к нему горизонтально. Если и упадёт – то далеко от руки. Есть и неудобство, нож с толстым обухом и тяжелой ручкой съезжает. Потому такой храню в ящике,

как и керамические, но в разных отделениях пластмассовой подставки.

О других видах ножей я лишь упомяну, поскольку сам не пользуюсь практически. Кулинарный нож с широким закруглённым на конце лезвием. Порционный. Фигурный с коротким и закругленным внутрь лезвием для отрезания ненужных частей. Нож с толстым лезвием для разрезания мяса и разделения от жира имеет свою форму. Обвалочный для отделения мяса от костей – свою. Нож для приготовления филе, в отличие от обвалочного, должен быть гибким, а нож колбасный ещё и длинным. Нож для завтрака подходит для нарезания хлеба и намазывания бутербродов. Нож для нарезания твердых сыров имеет перфорированное лезвие во избежание прилипания сыра к ножу. Кстати, это единственный нож из пере-

липучке. Почти всегда с эргономичным хватом увеличенной рукоятки, расположенной под углом к лезвию. Пользователям с ограниченными возможностями рук и кистей (при нарушении мелкой моторики) это важно для упрощения захвата. Сам не пользовался, поэтому коротко перечислю описания продавцов. Начну с того, что цены вас не порадуют. Нож с толстой ручкой и ремешком стоит от 600 рублей и дороже.

Лезвие под углом к ручке позволяет держать запястье в естественном положении для минимизации усилий при резке. Это позволяет наиболее эффективно использовать силу кисти и руки. Как правило такие ножи удобны и безопасны в использовании.

Усиленная рукоятка с прорезиненным нескользящим покрытием может понравиться и хозяйкам с ослабшими

руками, а не только пожилым, большим артритом. Таким ножом можно резать, не прилагая больших усилий. Полая ручка позволяет утяжелять столовый прибор.

Намного чаще я использую на своей кухне нож для нарезки двуручный. У меня их два. Один с пластиковыми ручками, небольшой, дорогой, из хорошей стали. Покупал через интернет-магазин почти за 1000 рублей и ни разу не пожалел. Второй с металлическими ручками, большой, из недорогой стали, очень удобный. Покупал в местном хозяйственном магазине по цене дешевле 200 рублей, просто оценить форму, а нож оказался прекрасным!



Некотрые производители ножей предлагают пожизненную бесплатную заточку. Однако во сколько вам обойдётся дорога до мастера? При моём образе жизни проще самому заточить лезвие из недорогого металла. Нож-сечка по форме напоминает прабабушкину тяпку, которой я и сегодня в прабабушкином деревянном корыте рублю мясо для холодца к празднику. Главные его преимущества: Безопасность. Обе руки всегда выше лезвия. Сниженная физическая нагрузка, особенно на пальцы и кисть. Да и точность движений не критична. Экономичность расходования сил и скорость рубки. Обычный нож режет при движении вниз и делает холостое движение вверх. Двуручный полукруглый нож можно «покачивать» от края к краю лезвия, нарубая зелень, яблоки или другую начинку пирога при каждом движении. А можно и рубить вертикальными движениями двух рук. Тут уж всё зависит от цели. Бывают ножи со сдвоенными лезвиями, но я не думаю, что они удобны. И лезвия придётся ставить строго вертикально, в отличие от одинарного, и мыть сложнее. К такому ножу да разделочную доску бы с углублением. Но пока она у меня только в планах. А о многообразии своих разделочных досок расскажу позже.

Отдельно упомяну о кухонных ножах, адаптированных для инвалидов. Иногда с дополнительным надёжным креплением к кисти руки ремешком на

руками, а не только пожилым, большим артритом. Таким ножом можно резать, не прилагая больших усилий. Полая ручка позволяет утяжелять столовый прибор.



Ножи и безопасность на кухне

Будьте осторожны с кухонными ножами! Предупреждайте гостей об острых ножах, не увеличивайте число инвалидов в стране! Перед началом работы с ножом расчистите рабочую поверхность. Нож должен быть острым, а рукоять удобно лежать в руке и не скользить. Лезвие тупого ножа требует прикладывать больше усилий, может соскользнуть и порезать. Руки и рукоять ножа всегда должны быть сухими. Движение ножа – в сторону от тела. Всегда используйте нескользящие разделочные доски. Нельзя класть нож режущей кромкой вверх, вкалывать нож в продукты или разделочный стол. Нельзя ловить падающий нож. Нельзя мыть режущую кромку ножа голыми руками (только губкой или щёткой). Храните ножи всегда отдельно и не позволяйте детям играть с ножами!

На сегодня всё. В следующем номере газеты я продолжу разговор о мелких инструментах для кухни. Поговорим о многообразии и функциональности разделочных досок, ручных измельчителей и овощечисток. Лето уже стучится в открытые окна, а с ним к вам в дом придёт и новый выпуск Азбуки Технических Средств Реабилитации – Средств повышения качества жизни. До новых встреч!

Андрей АНИСИМОВ,
ведущий рубрики