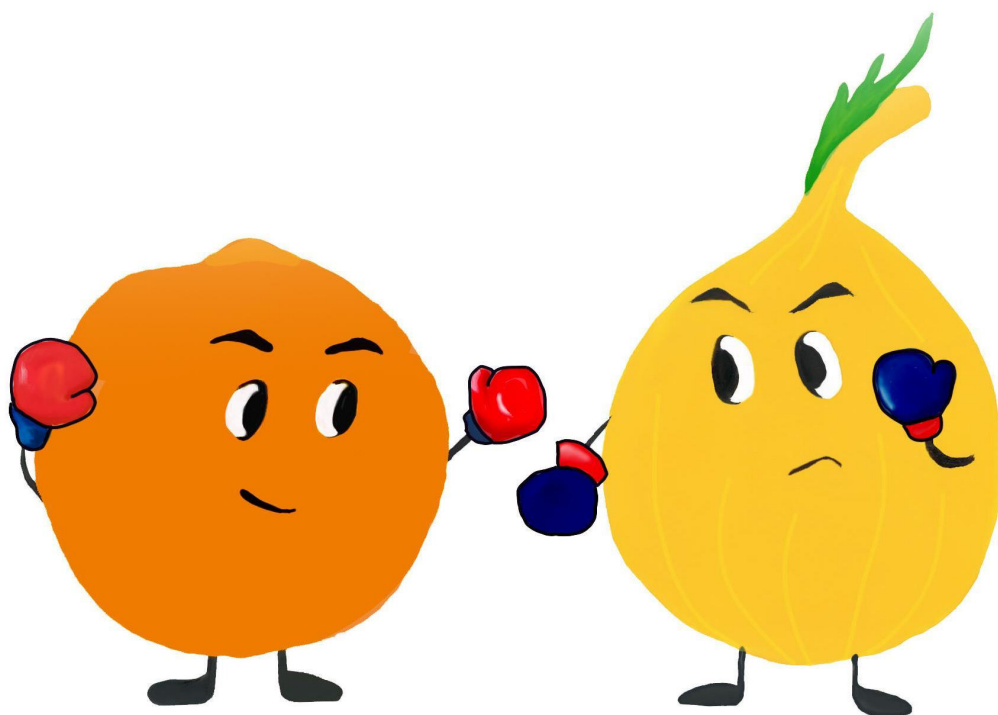


# Апельсины против лука



Автор: Мира Кокоева

Иллюстратор: Юлия Рыбалова



# Апельсины против лука

Автор: Мира Кокоева  
Иллюстратор: Юлия Рыбалова

На русском языке  
Бишкек 2022

Copyright © 2021, Эта работа лицензирована по международной лицензии Creative Commons Attribution 4.0. (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)



<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Вы можете использовать эту работу в коммерческих целях. Вы можете адаптировать эту работу и вносить в нее изменения. Вы должны сохранять авторские права авторов, иллюстраторов и т.д.

Данная публикация разработана благодаря помощи Американского народа, оказанной через Агентство США по международному развитию (USAID). Содержание публикации не обязательно отражает позицию USAID или Правительства США.

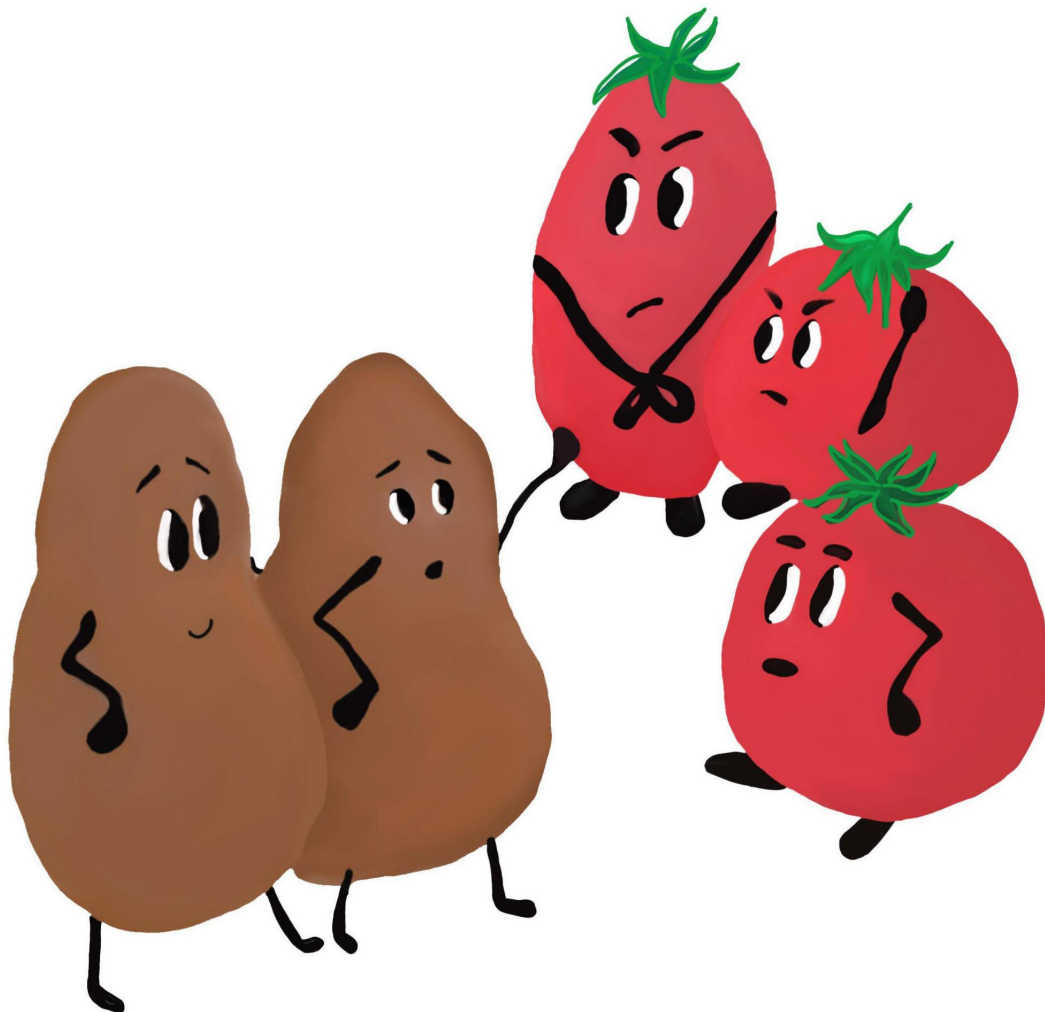


Хозяйка пришла с базара, поставила корзину на кухонный стол и ушла по своим делам.

Корзина полна овощей и фруктов: картофель, лук, помидоры, огурцы, морковь, перец, бананы, груши, яблоки, апельсины и лимоны. Все были как на подбор: яркие, красивые и разноцветные, да ещё и полезные. У всех свой характер. Каждый думал, что он самый важный, и гордился этим. Но вдруг тишину нарушили помидоры:



– Мы из знаменитого рода. Мы живём в тепличных условиях, и о нас очень заботятся, мы всегда в почёте. Поэтому мы такие сочные и экологически чистые. В нас много витаминов С и К, они полезны для сердца. Помидоры с презрением посмотрели на остальных.

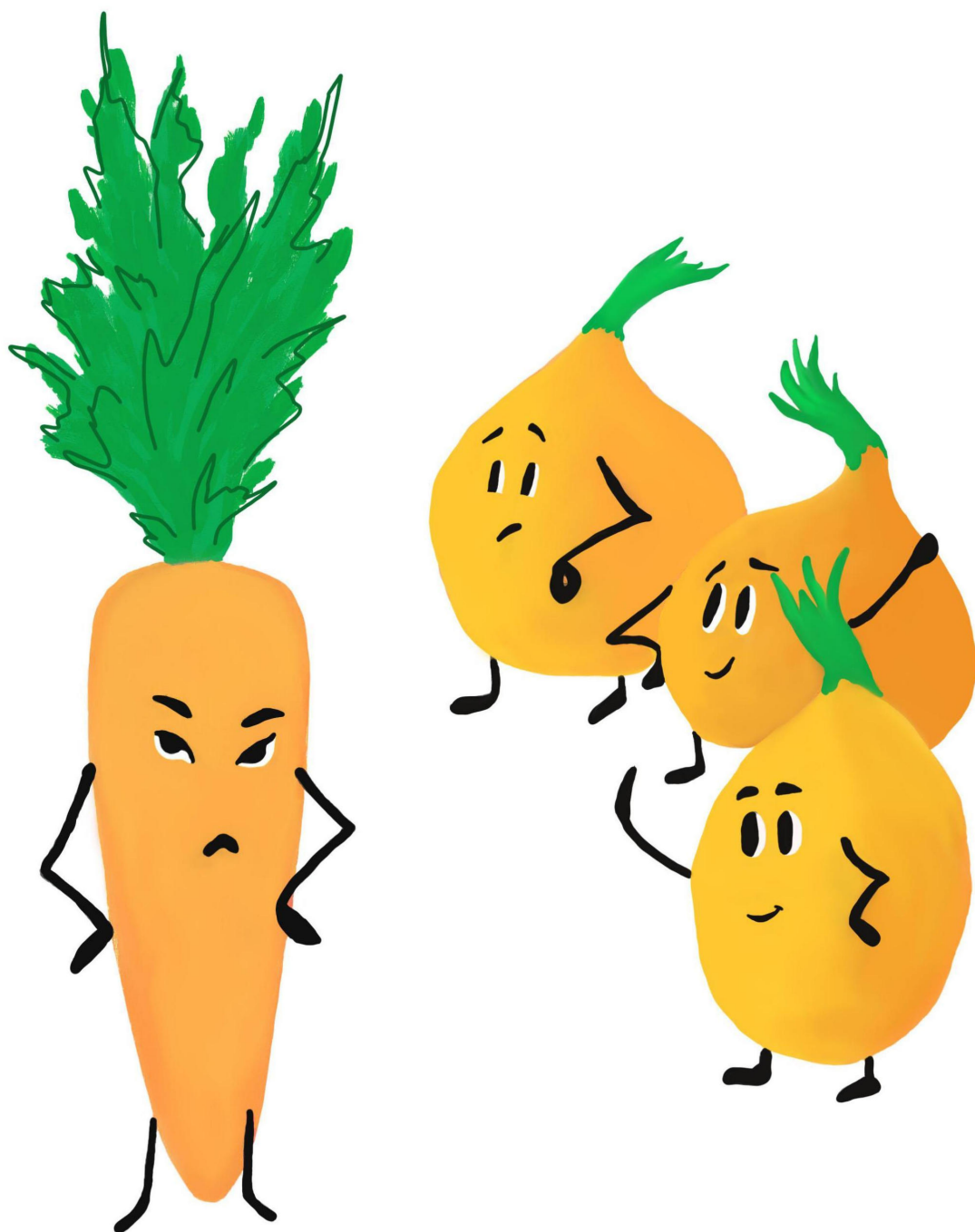


– Хм! – сказала картофелина. – Почему это вы решили, что самые полезные – это вы? Без нас никто не может обойтись. Мы второй хлеб на столе! Вкуснейшее пюре, жареная картошка, супы – это мы! Нас не нужно выращивать в теплице. А без вас можно обойтись! Ха-ха!

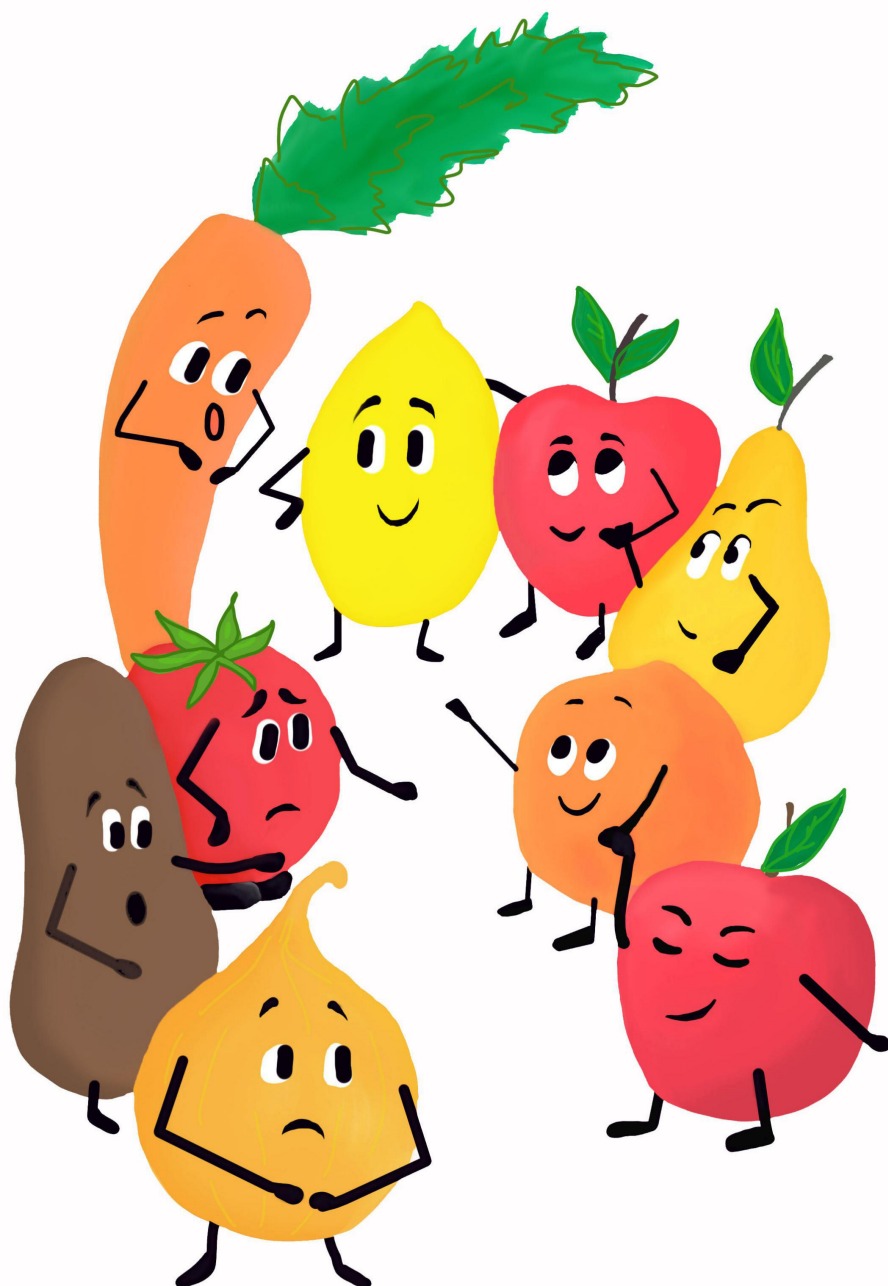
И остальные картофелины дружно закивали.



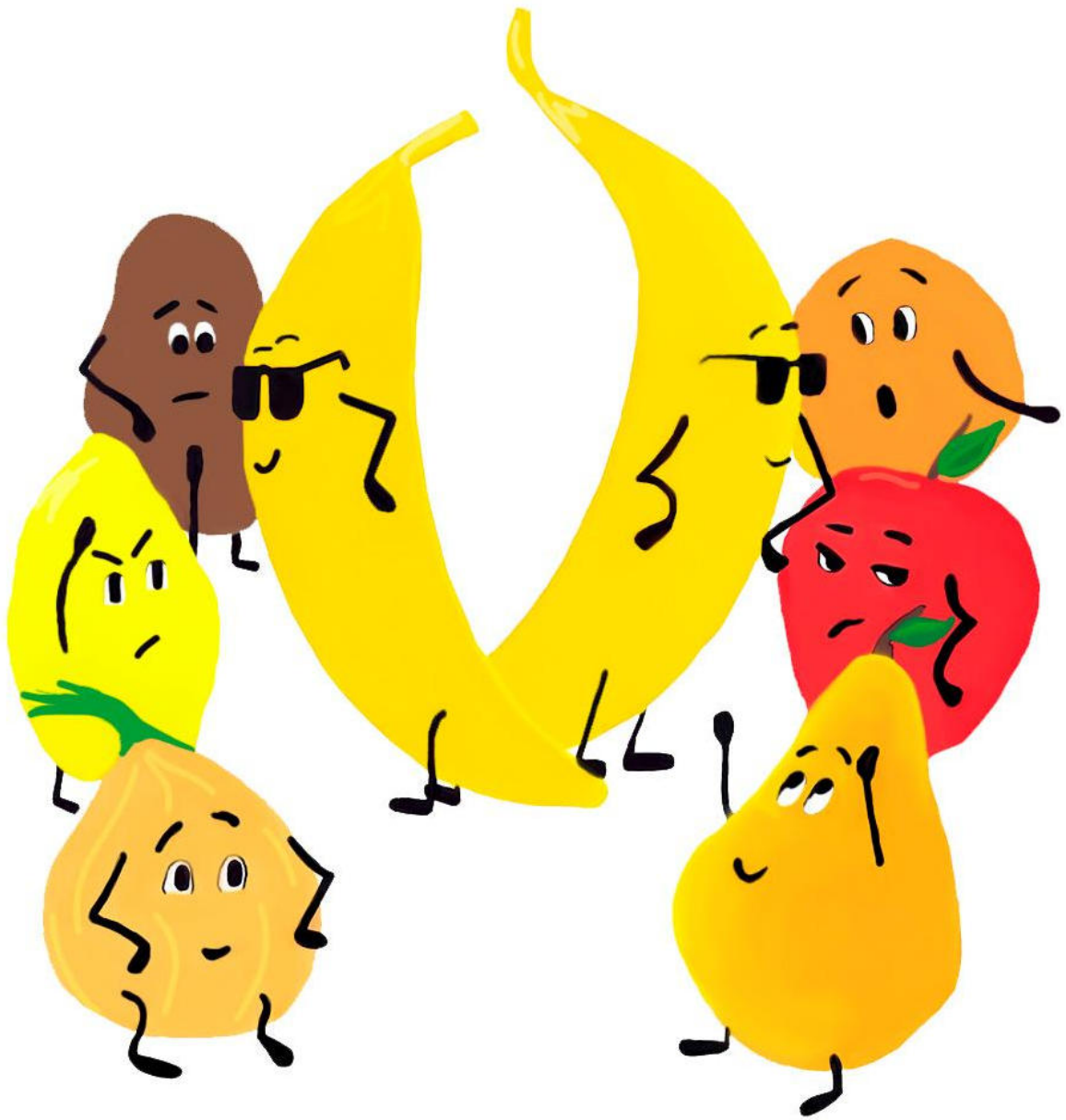
– Да о чём вы говорите! Без нас не готовится ни одно блюдо. А плов без нас – это вообще ничто! – закричали луковицы, источая сильный луковичный запах.



– Что-о-о?! – чуть не подавилась морковь.  
– Я там... да плов... да без меня...

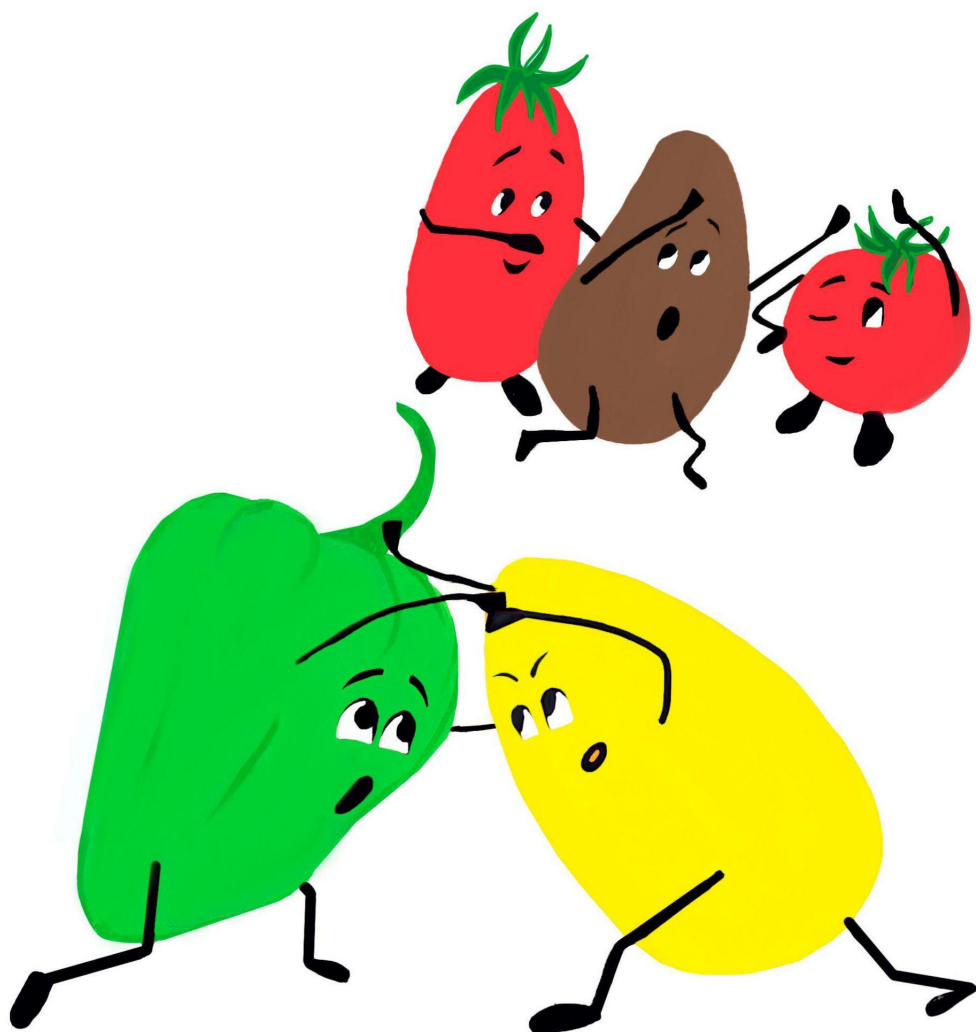


– Прекратите бесполезный спор, – громко прервали разговор яблоки и груши. Они были заодно. – Весь мир знает, что мы, фрукты, самые полезные, и нас очень любят. В нас есть все витамины, какие нужны организму. Мы помогаем справляться с трудными ситуациями и придаём жизненную силу! Да и покрасивее вас будем. А вы просто овощи.



Овощи с опаской и завистью посмотрели на фрукты, которых было очень много.

– Всё правильно! – включились в разговор бананы.  
– Но мы особенные. Мы родом из Бразилии!  
И в нас много железа и калия. У нас ароматная кожура, которая легко снимается. Вот так вот!

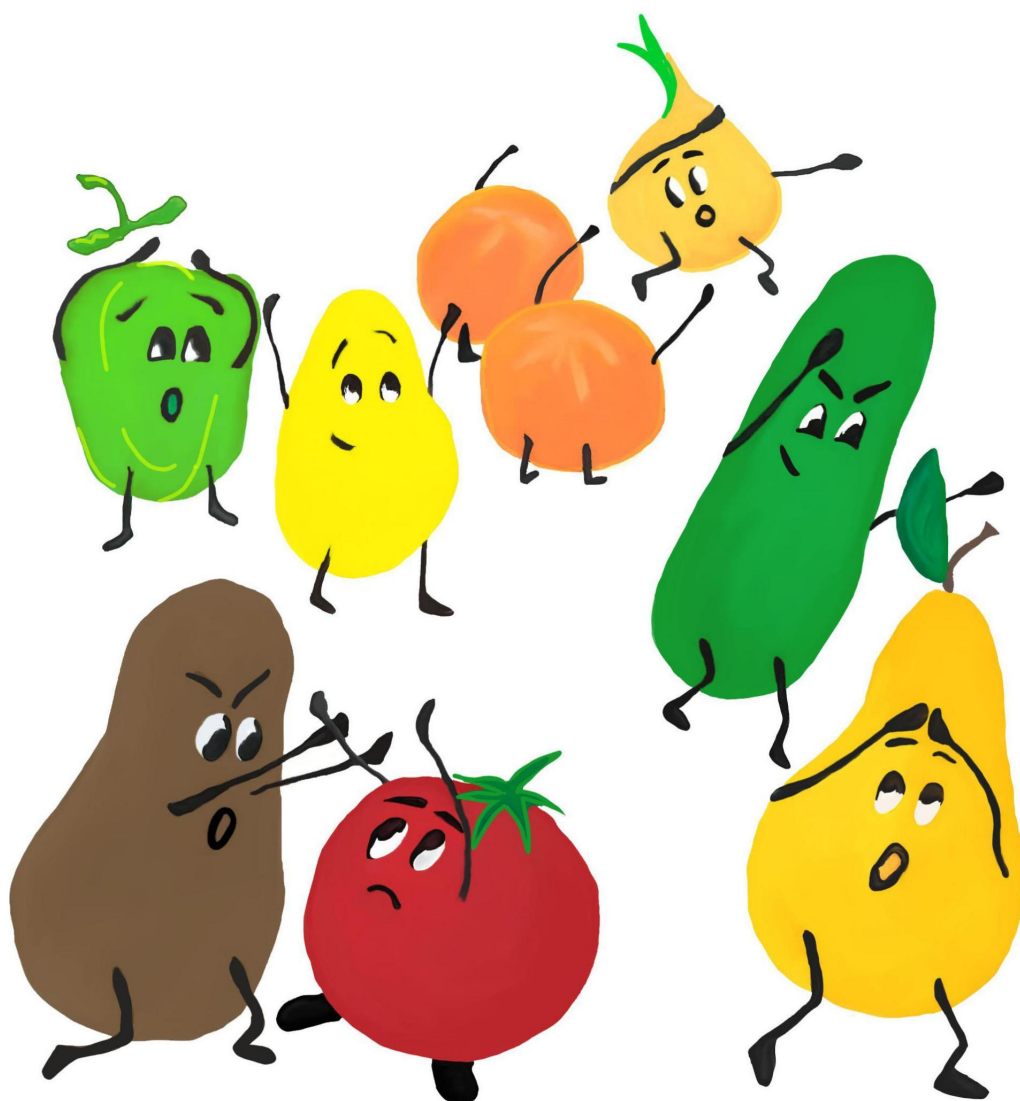


Перец закричал:

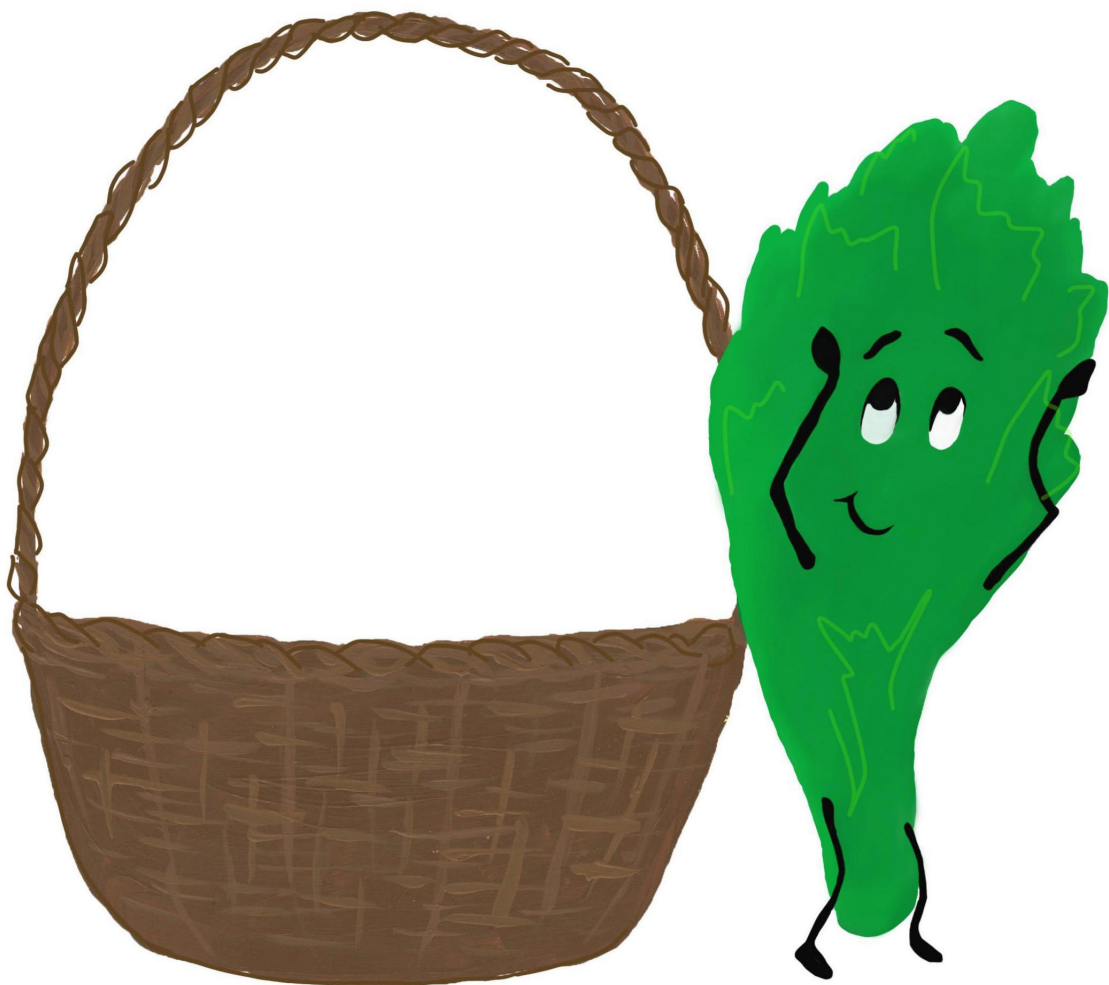
– Это у лимона больше всего витамина С?

Не верьте! Витамина С больше всего у меня!

Лимон с перцем схватились, и началась потасовка.



Картофелины напали на помидоры, огурцы подрались с грушами, апельсины с луковицами – и получилась куча мала. Когда куча распалась, несколько помидоров были помяты, груши были ранены, из лимона выпустили сок, перцу снесли макушку, а апельсины начали пахнуть луком.



– Наше дело сторона. Мы вне конкуренции.  
Мы – самодостаточны. Мы и так кладезь витаминов, –  
сказал укроп за всю зелень, поправляя пушистую  
шевелюру.



Хозяйка вернулась, выложила содержимое корзины на стол и начала перебирать овощи и фрукты:

– Ай, ай-яй! Вроде брала крепкие помидоры, надо же! Из этих двух, помятых, можно сделать сок. О, этот перец без макушки можно использовать в рагу.

– А из этих мятых груш можно сделать варенье.

– Лимон – к чаю и на пирог.

Апельсины она отмыла и сложила в вазу.

Итак, всем нашлось место, и их расположили красиво на столе.



И вот стол накрыт.

Сегодня семья будет есть на обед рагу из овощей, щедро посыпанное зеленью, лимонный пирог и пить чай с вареньем.

А украсит стол ваза с фруктами, которые можно есть в течение дня.

Ребята, ешьте побольше овощей и фруктов и будете здоровы!





**USAID**  
ОТ АМЕРИКАНСКОГО НАРОДА



МИНИСТЕРСТВО  
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Автор: Мира Кокоева  
Иллюстратор: Юлия Рыбалова

Проект USAID "Оку у керемет!"  
Кыргызская Республика

