

Школа кулинаров

Здоровая пицца



Выполнили: ученики 3д класса

Смирницкий Алексей

Суконова Дарья

Бутерброды по-гречески

ИНГРЕДИЕНТЫ

Белый хлеб - 6 ломтиков

Баклажаны - 2 шт.

Сыр (твердый) - по вкусу

Сливочное масло - для жарки

Соль - по вкусу

Чеснок - 2 зубчика

Куриное яйцо - 1 шт.

Зелень (петрушка, базилик) - на подачу

Спелые помидоры - по желанию

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Взбить яйца венчиком или миксером.
2. Пропитать ими хлеб и обжарить до золотистой корочки на сливочном масле.
3. Баклажаны нарезать тонкими ломтиками. Посолить, оставить, потом промокнуть салфеткой. Поджарить до мягкости.
4. Сыр потереть, раздавить чеснок, смешать.
5. Положить баклажаны на хлеб, свехну посыпать сыром с чесноком, расплавить в микроволновке.
6. Украсить зеленью и кушать!



Картофельная запеканка с мясом

ИНГРЕДИЕНТЫ

Картофель - 1 кг
Фарш из любого мяса - 500 г
Лук репчатый - 1 шт
Помидор 1 шт
Томатная паста 1 столовая ложка
Яйцо 1 шт
Сыр плавленый 1 шт
Универсальная приправа 1 ст ложка
Подсолнечное масло 2 ст ложки
Соль 1 чайная ложка

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель очистить, сварить, размять в пюре.
2. Лук очистить, мелко порезать и обжарить с маслом.
3. Добавить к нему фарш и тушить, разминая вилкой.
4. Помидор помыть и нарезать тонкими ломтиками.
5. Сыр натереть на терке и положить в морозилку на 1 час.
6. В смазанную маслом форму уложить слоями: половину пюре, фарш с луком, помидор, половину сыра и оставшееся пюре.
7. Остатки сыра смешать с яйцом и вылить сверху.
8. Запечь до золотистой корочки.



Творожный пудинг

ИНГРЕДИЕНТЫ

Творог - 500 г

Яйцо - 2 шт

Манная крупа - 100 г

Масло сливочное - 50 г

Сахарный песок - 100 г

Сметана 1-2 ложки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Манную крупу замочить.
2. Яйца смешать с сахаром и размягченным сливочным маслом.
3. Влить туда же молоко и размешать.
4. Творог размять и добавить сметану.
5. Смешать все компоненты и оставить на 40 минут.
6. Выпекать в смазанной маслом форме до появления золотистой корочки.



Занятия в нашей школе кулинаров



Школу кулинаров вы можете
устроить дома, с мамой.
Приготовьте любимые блюда,
натуральные, вкусные, и отлично
проведите время!
А мы прощаемся с вами,
пока-пока!