

Кулинария

*Чем же заняться с ребёнком дома,
чтобы это способствовало его развитию,
я всегда рекомендую готовить с ребёнком дома вместе?*

- Здравствуйте, друзья!

Сегодня я вам предлагаю окунуться в мир кулинарии. Занятие кулинарией – это продуктивная деятельность (в ней ничего не происходит понарошку).

В процессе приготовления блюда, ребенок узнает очень много нового: полезные и вредные продукты, различные виды посуды, электроприборов. В процессе приготовления пищи, вы общаетесь с ребёнком и между вами устанавливаются еще более доверительные отношения, происходит тесное сотрудничество. Кулинария очень увлекательное и познавательное мероприятие для всей семьи! А уж как интересно бывает, когда малышу загадаешь загадки про состав теста!

Попробуем!

1. Без этого продукта

Ребята, никуда

Чтобы испечь что – то

Всегда нужна... (Мука)

2. Белый, а не снег

Крупинками, а не соль

Сладок, а не конфета (Сахар)

3. Чтобы тесто пышным было,

Мама в смесь ту положила

Белый, горький порошок,

Ты не ешь его дружок (Сода)

4. В народе говорят

Им кашу не испортишь (Масло или маргарин)

5. Меня одну не едят,

А без меня мало едят (Соль)

6. Это тоже белый порошок

Ты не ешь меня, дружок

Его в печенье, торт клади

Ароматом насладись! (Ванилин)



Предлагаю нам попробовать простой рецепт необычных пончиков, которые можно быстро приготовить на завтрак!

Пончики с восхитительным ароматом ягод и лимонной кислинкой готовятся очень быстро, можно побаловать себя и всех домашних перед началом рабочего дня.

Такие пончики хороши тем, что выпекаются в духовке, а не жарятся в масле, для теста не нужно время на брожение дрожжей, получается вкусный и полезный десерт, который просто тает во рту.



Состав: мука – 200 гр.;

Молоко – 60 мл.;

Сахар – 50 гр.;

Яйцо – 1 шт.;

Черника(или другая ягода) – 2 ст. ложки;

Мед (по желанию) – 2 ст. ложки;

Лимонный сок – 60 мл.;

Разрыхлитель – 0,75 чайной ложки;

Сода пищевая – 0,15 чайной ложки;

Соль – 0,25 чайной ложки.

1. В небольшой миске соедините все жидкие ингредиенты - молоко, яйцо, лимонный сок и мед. Для аромата можно добавить в смесь немного лимонной цедры.
2. Просейте муку вместе с разрыхлителем, содой и солью в большую миску. Добавьте сахар и влейте смесь жидких ингредиентов. Перемешайте тесто до однородности, но не взбивайте.
3. Смажьте формочки для пончиков растительным маслом и положите на дно по 5-6 ягодок черники (можно использовать замороженные ягоды). Заполните формочки тестом на три четверти, сверху выложите еще несколько ягод.
4. Разогрейте духовку до 240 градусов и выпекайте пончики в течение 8-10 минут. Тем временем взбейте сахарную пудру и лимонный сок для глазури. Когда пончики станут красивого золотистого цвета выньте их из духовки и дайте постоять минут 5-7, а затем аккуратно вытащите из формочек с помощью лопатки. Покройте пончики лимонной глазурью после того, как они полностью остынут.

Приятного аппетита!

Аршава Л.В., инструктор по труду