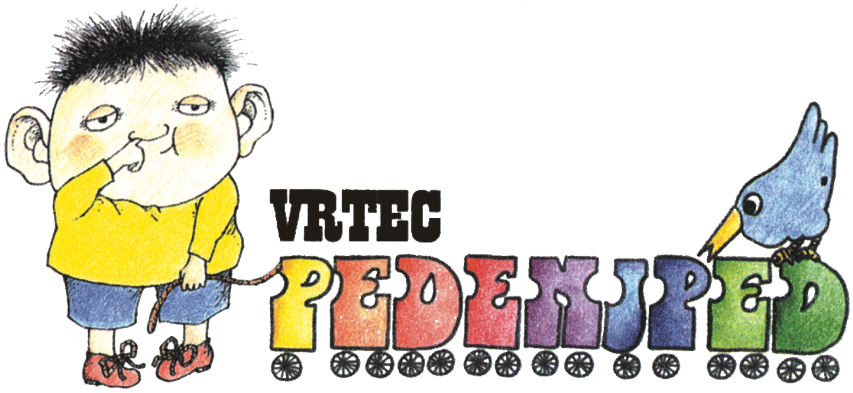
PREDSTAVITEV IZVEDBE PROJEKTA

TURIZEM IN VRTEC



Z IGRO DO PRVIH TURISTIČNIH KORAKOV

Poročilo enote: ŠLIK ŠLAK

Naslov projekta:

MOJ KRAJ MOJ »CHEF«

VRTEC PEDENJPED

CERUTOVA ULICA 6

1000 LJUBLJANA

Trajanje projekta: od septembra 2020 do maja 2021

NAMEN PROJEKTA:

Namen našega letošnjega projekta je bil, da glede na trenutno situacijo povežemo domače okolje (starše) z vrtcem. Povezava in spoznavanje raznovrstnosti hrane glede na različne kulture, ki se pojavljajo v našem vrtcu. Sodelovali so otroci iz treh skupin v starosti od 3-6 let.

CILJI PROJEKTA:

- Otrok aktivno sodeluje pri izvedbi projekta
- Otrok aktivno sodeluje pri postopku priprave jedi
- Otrok se vživi v vlogo kuharja in se veseli izdelka

OPIS IZVEDBE PROJEKTA:

Projekt smo zasnovali kot skupen, pri katerem smo pozvali starše k sodelovanju in uresničitvi. Prosili smo jih, da skupaj z otroki načrtujejo jed, ki je tradicionalna (značilna) za njihovo kulturo in v sam postopek izdelave vključijo tudi otroke. Želja je bila, da nam te trenutke fotografirajo in pošljejo kuharske recepte, katere smo zbrali v elektronsko Šlik Šlakovo kuharsko knjigo. Kdor je želel je izdelal tudi plakat s fotografijami in komentarji, katere smo zbrali v knjigo A3 formata. Projekt bo javno objavljen tudi na spletni strani vrtca Pedenjped.

SODELOVALI SO:

Jasminka Horvat, Urška Roblek, Anja Mlakar, Špela Pekolj, Alma Seferagić, Tina Milavec.

Zapisala: Alma Seferagić

MEDENO SRCE

Sestavine za biskvit:

- Kozarec (200 ml) sladkorja
- 2 Kozarca (200 ml) moke
- 300 ml tople vode
- 3 žlice marmelade
- 2 žlici kakava
- 15 g pecilnega praška
- 15 g cimeta

Sestavine za obliv:

- 3 žlice marmelade
- 100 g temne čokolade
- 70 g masla

Postopek:

Suhe sestavine premešajte, nato dodajte vodo in zmešajte da se lepo vse poveže, nato dodajte marmelado. Testo zlijte v pekač in pecite 20 minut na 200 stopinj. Vroč biskvit premažite z marmelado. Ko se ohladi razmažite po vrhu še stopljeno čokolado z maslom.

KROMPIRJEVA PITA

Sestavine za testo:

- 500g moke
- vodo
- sol

Sestavine za nadev:

- 2 krompirja
- 1 čebula
- sol
- poper
- olje

Postopek:

Narediti testo in pustiti da počiva nekaj časa. Krompir narežite na drobne kockice, dodajte sol, poper, olje in nasekljano čebulo.

Testo razvlecite na tenko in nanj potresite krompir. Testo zvijajte v »kačico«, nato kačico zvijte v »polžka«. Položite ga na pekač, ki je premazan z oljem. Naslednjo »kačico« nadaljujte v zvijanje obstoječega »polžka«, ki ga že imate na pekaču. Zvijajte tako, da zapolnite celoten pekač. Pekač položite v ogreto pečico na 220 stopinj za približno 30 minut.

DOMAČI REZANCI

Sestavine:

- 500 g ostre moke
- 5 jajc
- ščep soli

Postopek:

V moki naredimo jamico in vanjo ubijemo jajca, ki jih rahlo posolimo. Z vilicami razžvrkljamo jajca in jim ob mešanju postopoma dodajamo moko.

Ko je vsa moka vdelana, testo gnetemo četrt ure, nato ga oblikujemo v štruco in ga v pvc foliji položimo za 30 minut v hladilnik.

Po počivanju testo narežemo na približno 1 cm debele rezine. Vsak kos testa s strojčkom zvaljamo. Zvaljane kose testa pustimo, da se nekoliko posušijo.

Nato testo zrežemo na rezance. Če jih ne bomo skuhali takoj, jih posušimo. Če naredimo široke rezance, jih lahko uporabimo kot testenine, tanjši pa so najboljši v domači goveji juhi.

ENOSTAVNI VAFLJI

Sestavine:

- 150g moke
- ščep soli
- žlica sladkorja
- 1 vanilijev sladkor
- 1 žlička pecilnega praška
- ščep cimeta
- 1 večje jajce
- 250 ml mleka
- za premaz maslo ali olje

Postopek:

V posodo vlijemo mleko, dodamo jajce. Dobro pretepemo z metlico. V drugi posodi združimo suhe sestavine(moko, sol, sladkor, cimet in pecilni prašek). Mokre sestavine primešamo k suhim, pri tem koraku pazimo le, da ne nastanejo grudice(najbolje je vse skupaj zmešati z mešalnikom). Damo na stran za dobrih 5 minut.

Pekač za vaflje pred uporabo segrejemo. Površino premažemo z maslom in v sredino dodamo zmes za vaflje. Zapremo in počakamo, da vaflji dobijo zlato rjavo barvo.
Pečene vaflje postrežemo z marmelado, Nutello, s svežim sadjem in sladko smetano.

MESNI BUREK

Sestavine za testo:

- 500g pšenične bele moke
- 0,5 dl olja
- sol
- mlačna voda

Sestavine za nadev:

- 500g mletega govejega mesa
- sol
- poper
- ena čebula
- tri stroke česna

Postopek:

V posodo stresemo moko, ter dodamo sol, olje in mlačno vodo.
Zamesimo gladko vlečeno testo in ga na vrhu premažemo z oljem in pustimo počivati nekaj časa.
V skledo damo meso, čebulo, strt česen, sol in poper. Vse sestavine dobro zmešamo da se lepo povežejo.
Testo razdelimo na več delov. Vsak del razvaljamo in razvlečemo. Premažemo ga z mesnim nadevom in zvijemo v polžke. Postopek ponavljamo dokler nam ne zmanjka testa in mesnega nadeva.
Pripravljene bureke polagamo na pekač. Premažemo jih z mešanico vode, olja in soli.
Pečemo približno 30 minut na 200 stopinj. Med peko bureke še dvakrat premažemo z pripravljeno mešanico.

MESNI BUREK

Sestavine za testo:

- 500g gladke moke
- 3 dcl mlačne vode
- žlička soli

Mesni nadev:

- 500g jagnječega stegna
- 2 srednje veliki čebuli
- 2-3 žlice sončničnega olja
- 1 žlička sveže mletega črnega popra
- sol

Za preliv: žlica sončničnega olja in 1 dcl čiste goveje juhe.

Postopek:

V skledo stresemo moko in sol. Med mešanje,m s prsti postopoma prilivamo mlačno vodo. Ko se začne testo formirati, začnemo z gnetenjem s celo dlanjo. Gnetemo ga 10 minut, da bo testo povsem gladko, skleda pa čista. Testo oblikujemo v kroglo. Premažemo jo z oljem, da se ne zasuši ter jo pokrijemo s čisto kuhinjsko krpo. Testo pustimo počivati pri sobni temperaturi, 30 minut.

Testo razvaljamo in razvlečemo s prsti. Ko je zadosti tanko, ga poškropimo z oljem. Posujemo ga z nadevom (meso) in »zarolamo« v kačico. Kačico oblikujemo v polžka. Okrogel pekač namažemo z oljem, pečico segrejemo na 200 stopinj. Pekač s pito pečemo v ogreti pečici približno 35 minut.

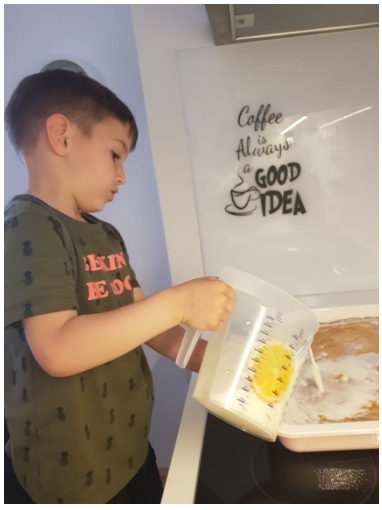
TRILEČE

Sestavine:

- 6 jajc
- 200g sladkorja
- 200g moke
- 1 pecilni prašek
- 1l mleka
- 250ml sladke smetane
- 4 žlice krem karamele

Postopek:

Za biskvit najprej stepemo 6 jajc s sladkorjem (10min), nato dodamo moko in pecilni prašek.
Maso zlijemo v pekač in pečemo 20 min na 180 °c.. Ko je biskvit pečen, ga prelijemo s sladko smetano in mlekom. Ko se sladica ohladi, jo premažemo s karamelno kremo.



SIRNI BUREK

Sestavine za vlečeno testo:

- 75dag moke
- 0,5 dcl olja
- 1 žlica soli
- voda

Sestavine za nadev :

- 50 dag nepasirane skute
- 1 navaden jogurt
- 1 kisla smetana
- 2 jajci
- Malo olja za premaz

Postopek:

Iz navedenih sestavin zgnetemo testo. Dlje ga bomo gnetli, lepše bo (cca. 20 minut). Ne sme se prijemati na posodo/roke. Pustimo ga počivati pol ure. Za nadev zmešamo vse sestavine v eni posodi. Testo razvaljamo, malo pokapamo z oljem, namažemo z nadevom in zavijemo v polžka. Premažemo z vodo in oljem. Pečico zagrejemo na 180-200 stopinj in pečemo 1 uro.

MESNA PIROŠKA

Sestavine testo:

- 1kg bele pšenične moke
- sol,
- voda,
- sladkor

Sestavine nadev:

- mleto goveje meso
- čebula
- sol
- Vegeta
- poper

Postopek:

Vzhajano testo prestavimo na pomokano delovno površino in jo razvaljamo na debelino 1 cm v okrogle oblike.

Mesni nadev najprej popečemo v ponvi nato ga razdelimo na enake dele, da bo dovolj za vse razvaljanje kroge testa. Na eno polovico kroga razporedimo/razmažemo nadev in drugo polovico testa zapognemo na pol, tako da dobimo polkroge. Robove testa povežemo s pritiskom prstov po robovih testa. Nastale polkroge popečete v ponvi z segretim oljem. Pecite jih nekaj minut na zmernem ognju. Najboljše so ko so vroče, zato si jih takoj postrezite.

GOVEJA JUHA S KORUZNIMI ŽLIČNIKI

Sestavine za juho:

- 3l vode
- 1kg govedine s kostmi
- 2 pora
- 2 manjši čebuli
- manjša koleraba
- 2 vejici peteršilja
- 6 zrn črnega popra
- 1 žlica posušene zelene
- 1 žlica soli

Sestavine za žličnike:

- 2 jajci
- 6 žlic koruznega zdroba
- 1 žlica pšenične moke
- Ščepec soli

Postopek:

V večji lonec vlijemo 3 litre hladne vode, dodamo meso in ga zavremo. Ko juha zavre, temperaturo zmanjšamo za toliko, da tekočina komaj opazno brbota. S površine, s penovko pobiramo peno. Ko se na površini neha delati pena, lonec pokrijemo (pustimo le manjšo špranjo) in na nizkem ognju juho kuhamo 90 minut. Juho odkrijemo in dodamo vso zelenjavo. Če se nam zdi, da je povrela velika količina vode, jo še dodamo, vendar naj bo vrela! Nato pa lonec na pol pokrijemo in juho kuhamo še eno uro. Deset minut pred koncem kuhanja, juho posolimo. Juho odstavimo in pustimo stati 10 minut, da se nekoliko ohladi in zbistri. Precedimo jo skozi gosto žičnato cedilo. V precejeno juho po želji vkuhamo izbrano zakuho ali žličnike. Juho serviramo na krožnik in potresemo z nasekljanim peteršiljem. Serviramo jo lahko tudi z narezanim mesom in zelenjavo, ki sta se kuhali v juhi.

AJDOVA ZLEVANKA

Sestavine:

- 2 lončka ajdove moke
- 1 lonček tople vode
- 1 lonček mleka
- 3 jajca
- 1/2 žličke soli

Postopek:

Z metlico zmešamo jajčka, vodo, mleko in sol. Dodamo presejano ajdovo moko.
Vse sestavine zmešamo v gladko zmes. Zlijemo v namaščen in s peki papirjem obložen pekač.
Pečemo v ogreti pečici na 220stopinj, 20 do 30 minut. Narežemo na trikotnike. Pokapljamo z bučnim oljem in praženimi bučnimi semeni (lahko posujemo tudi z domačimi ocvirki).

KLJUKUŠA

Sestavine za testo:

- 1 jajce
- 1 mala čajna žlička soli
- 2 žlici olja
- 300g moke
- malo tople vode (masa mora biti malo gostejša od mase za palačinke)
- pol pecilnega praška
- strok česna

Sestavine za preliv:

- 1 mala skodelica mleka
- polovica lončka kisle smetane
- 1 čajna žlička Vegete

Postopek:

Prižgemo pečico in v pekač damo par malih koščkov masla ter v pečico da se stopi.
Maso počasi zlijemo v pekač in razporedimo meso(piščančje perutničke, ki jih pred tem opremo, naoljimo, posolimo, in posujemo s strokom strok česna). Nato vse skupaj damo v pečico na 220 stopinj za 35 minut oziroma dokler ni lepo pečeno (rdečkasto/rumeno).
Medtem ko se jed peče naredimo preliv, ki ga premažemo čez pečeno kljukušo, ter pokrijemo s folijo za 5 minut. Po petih minutah je jed pripravljena za serviranje. Za prilogo naredite solato po vasi želji.

ČOKOLADNE KOCKE S KOKOSOM ALI ČUPAVCI

Sestavine za biskvit:

- 115 g stopljenega masla
- 200 g gladke bele moke
- 1/2 čajne žličke pecilnega praška
- 3 jajca
- 100 g sladkorja
- 125 ml mleka
- vanilijev sladkor

Sestavine za čokoladni obliv:

- 375 ml mleka
- 200 g jedilne čokolade
- 1 žlica nesladkanega kakava v prahu
- 60 g masla
- 200 g kokosove moke

Postopek:

Pečico segrejemo na 180°C. Pekač obložimo s peki papirjem. V skledi zmešamo moko, ščep soli in pecilni prašek. V ločeni skledi z ročnim mešalnikom stepemo jajca, sladkor in vanilijev sladkor. Stepamo 5 minut. Dodamo stopljeno (ohlajeno) maslo. Dobro premešamo in dodamo mleko ter suhe sestavine. Ko so sestavine vmešane, maso vlijemo v pekač. Maso enakomerno razporedimo in poravnamo po pekaču, da bo med peko enakomerno narasla.. Pečemo 30 minut. Pečen biskvit pustimo, da se popolnoma ohladi. Ohlajen biskvit zavijemo v živilsko folijo ter postavimo v zamrzovalnik za 30-60 minut, da se pečen biskvit pri pomakanju ne razpade.
Za čokoladni obliv zavremo mleko v kozici. Čokolado grobo sesekljamo in postavimo v skledo, ter dodamo kakav v prahu in maslo. Prelijemo z vrelim mlekom in pustimo 5 minut, da se čokolada raztopi. Dobro premešamo z ročno metlico, da dobimo gladek čokoladni obliv. V večjo ločeno skledo damo kokosovo moko. Biskvit vzamemo iz zamrzovalnika in narežemo na kocke poljubnih velikosti. Biskvitne kocke pomočimo v čokoladni obliv. Lahko si pomagamo z dvema vilicama, tako da so popolnoma prekriti s čokolado, nato pa jih povaljamo v kokosovi moki. Zložimo na pladenj in postrežemo.

ČUFTI

Sestavine:

- ¼ čebule
- 1 velik strok česna
- olje
- jajce
- peteršilj
- sol
- poper
- mleto meso
- 4 žlice krušnih drobtin
- topljeni sir

Sestavine za omako:

- olje
- moka
- pasiran paradižnik

Postopek:

Najprej prepražimo čebulo (1/4 čebule) na olju in dodamo en velik strok stisnjenega česna. V posodi stepemo eno jajce in dodamo ohlajeno prepraženo čebulo, peteršilj, sol in poper. V posodo dodamo mleto meso in 4 žlice krušnih drobtin ter dobro zmešamo, da dobimo gladko zmes (če je premokra dodamo še malo drobtin). Zmes zajamemo za eno dlan in na sredino dodamo manjši košček topljenega sira in oblikujemo v kroglice. Kroglice na hitro popečemo in odstavimo na krožnik.
Na vrsti je omaka. Malo olja segrejemo in dodamo žličko moke ter na hitro prepražimo, dodamo pasiran paradižnik (midva sva dala 210g) in še enkrat toliko vode. Ko omaka zavre dodamo mesne kroglice in zmanjšamo ogenj, da se počasi do konca skuhajo (pri nama se je kuhalo 40min). Zraven sva postregla pire krompir.

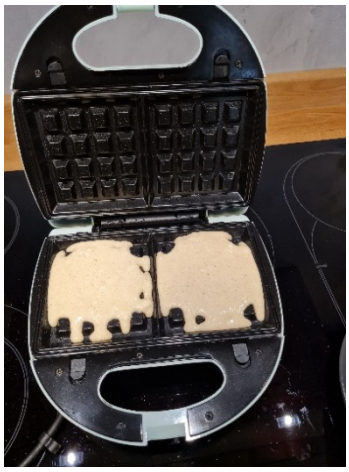
LILIJINI VAFLJI

Sestavine:

- 150 g moke
- pol žličke pecilnega praška / vinskega kamna
- ena žlica in pol sladkorja
- ščep soli
- pol žličke cimeta
- 1 jajce (ločimo beljak in rumenjak)
- 2,4 dl mleka
- 0,6 dl olja

Postopek:

Ločimo beljak in rumenjak. Rumenjak zmešamo skupaj z mlekom in oljem ter mešanici dodamo vse suhe sestavine (moko, pecilni prašek, sladkor, sol, cimet), ki jih prej premešamo. Masi nežno primešamo sneg iz enega beljaka.
V pekač za vaflje, ki ga premažemo z malo masla, vlijemo maso in pečemo približno 4 minute (odvisno od pekača). Če nimamo pekača za vaflje, lahko iz mase naredimo slastne mini debele palačinke kar na ponvi. Po želji vaflje obogatimo z Nutello, marmelado, javorjevim sirupom, smetano ali sladoledom.



SMUKAVC (tradicionalna Idrijsko – cerkljanska jed)

Sestavine:

- krompir
- zeljni listi
- začimbe (sol, poper, česen, muškatni orešček in kurkuma)

Postopek:

Pripravimo zeljne liste in krompir. Krompir olupimo, osmukamo zeljne liste (odstranimo glavno listno žilo) in jih narežemo na tanke trakove. Krompir narežemo na kolobarje in ga damo kuhat za 15 minut. Nato na krompir dodamo na tanke trakove narezane zeljne liste in kuhamo še približno 10 minut. Zeljne liste vzamemo iz vode in pretlačimo krompir. dodamo začimbe (sol, muškatni orešček, kurkumo, poper in česen), dodamo zeljne liste, premešamo in še nekoliko povremo ter serviramo na krožnike. Zraven lahko ponudimo pečenko, pečenico ali pa samo sir.

SIROVI ŠTRUKLJI

Sestavine:

- 350g moke
- 1 jajce
- 150ml mlačne vode
- 1 žlica kisa
- olje
- drobtine
- maslo

Sestavine za nadev:

- 500g skute
- 1 jajce
- kisla smetana

Postopek:

Presejemo 350 g moke, damo v moko 1 jajce, 150 ml mlačne vode, sol, 1 žlico kisa in malo olja. Zgnetemo v testo. Pustimo počivati 1 uro. Razvlečemo ga na suhem prtu, za podlago damo malo moke. Namažemo z 500 g skute, ki jo zmešamo z 1 jajcem in malo kisle smetane. Vse zvijemo in zavijemo v folijo ter damo kuhati v vrelo vodo za 40 minut, odvijemo, narežemo na kolobarje ter postrežemo z drobtinami v maslu.

PIŠKOTI ZA ZAČETNIKE

Sestavine:

- 180 g pšenične bele moke
- 100 g sladkorja
- 80 g masla sobne temperature
- 1 jajce
- 0,5 žličke vanilijeve arome
- 0,5 žličke pecilnega praška
- 1 ščepec soli

Postopek:

Vse našteto stresi v posodo in zmešaj v enotno maso. Iz nje oblikuj kepo, ki jo malce sploščiš in zaviješ v prozorno folijo za živila. Testo za 20 minut postavi v hladilnik. Pripravi površino za množično izdelovanje piškotov. Pomokaj jo in na njej razvaljaj piškotno maso do debeline približno 3 mm. Pograbi poljubne piškotne modelčke in z njimi iz povaljane mase iztisni surove piškote. Razporedi jih po pekaču, prekritem s papirjem za peko in jih prepusti mojstrici pečici, ki iz njih v neverjetnih 5-6 minutah pri 180 ºC naredi prave pravcate piškote.

CHOCOLATE CHIPS COOKIES

Sestavine:

- 120 g belega sladkorja
- 250 g masla
- 400 g bele moke
- 2 jajci
- 120 g rjavega sladkorja
- 300 g čokolade
- 1 ČŽ pecilnega praška
- ½ žličke soli

Postopek:

V skledi zmešamo maslo in sladkor, postopoma dodamo jajci, moko, sol in pecilni prašek. Vse skupaj pregnetemo. Nato dodamo še čokolado in premešamo. Na pekač položimo peki papir. Iz mase oblikujemo majhne kupčke, ki jih položimo na peki papir. Pečemo 8 – 10 min na 180 stopinj Celzija.

BOBIČI

Sestavine:

- Fižol
- Krompir
- Koruza
- Korenček
- Meso (svinjska rebrca ali slanina)
- Sol
- Poper
- Lovorjev list

Postopek:

V velik lonec nalijemo vodo, jo posolimo, dodamo fižol in ga kuhamo približno 1,5 do 2 uri (odvisno od vrste fižola). Nato dodamo krompir, korenček, koruzo, meso ter vse skupaj začinimo. Nadaljujemo s kuho še nadaljnjih 30 minut. Če imate radi bolj gosto vsebino, lahko zgostite z moko, drugače pa pustite tako kot je. Postrežemo s kosom domačega kruha.

PIZZA

Sestavine za testo:

- 500 g moke
- 3,5 dcl mlačne vode
- ½ kocke svežega kvasa
- Sol

Sestavine za nadel:

- Pelati
- začimbe za pico
- salama po želji
- nariban sir
- šampinjoni
- poljubna zelenjava

Postopek:

Moko presejemo v posodo in v sredino moke naredimo luknjo v katero dodamo mlačno vodo in pol kocke svežega kvasa.
Pustimo toliko časa, da se naredi kvas, dodamo sol in nato zamesimo testo. Testo nato pustimo, da vzhaja na dvojno količino, ga razdelimo na 4 enake dele in iz njih naredimo kroglice, ki jih zopet pustimo vzhajati še približno pol ure.
Testo nato raztegnemo v krog in ga obložimo z poljubnimi sestavinami.
Mi smo uporabili pasiran paradižnik, začimbe za pizzo, kuhan pršut, riban sir in sveže narezane šampinjone. Pizzo pečemo na najvišji temperaturi, gretje nastavimo na spodnji in zgornji grelec. Pizza je po približno 10 minutah pečena.

RIŽEV NARASTEK Z JABOLKI

Sestavine:

- 250 g okroglozrnatega riža (npr. Arborio)
- 1 l polnomastnega mleka
- žlica masla
- ščep soli
- lupinica pol bio limone
- 5 jajc
- 6 žlic sladkorja
- zavitek vaniljevega sladkorja
- 3 žlice drobtin + za pekač
- 1-2 pesti rozin
- rum
- 4 kisla jabolka
- cimet
- sladkor v prahu za posip
- malinovec (po želji)

Postopek:

Riž skuhamo v mleku, v katerega smo dodali sol, maslo in limonino lupinico. Skuhan riž ohladimo. V ohlajen riž umešamo drobtine in rozine, ki smo jih pred tem namakali v rumu. Rumenjake s 4 žlicami sladkorja in vaniljevim sladkorjem penasto umešamo. Iz beljakov in 2 žlic sladkorja stepemo trd sneg. Kremo iz rumenjakov narahlo umešamo v riž. Nato po žlicah narahlo umešamo še sneg. Jabolka olupimo, naribamo in potresemo s cimetom. Odstranimo odvečen sok. Pekač namastimo z maslom in potresemo z drobtinami. Vanj stresemo polovico mase, čez potresemo jabolka in prekrijemo z drugo polovico mase. Narastek pečemo najprej 10 minut pri 200 stopinjah, potem pa še 20 - 30 minut pri 170 stopinjah. Ko se narastek nekoliko ohladi, ga narežemo in potresemo s sladkorjem v prahu. Največji sladokusci pa si ga prelijemo še z malinovcem.

ZELJNE KRPICE

Sestavine:

- manjša glava belega zelja
- čebula
- malo olja
- sol
- kumina
- mleti poper
- krpice (kupljene ali domače)

Postopek:

Čebulo sesekljamo, zelje pa narežemo na tanke trakove. Nato na malo olja prepražimo čebulo. Ko le ta postekleni dodamo zelje. Solimo, popramo in dodamo kumino. Zelje pražimo na zmernem ognju toliko časa, da se zmehča. Po potrebi dodamo še malo olja, da se ne prime na posodo. V ločeni posodi zavremo vodo, ki smo jo pred tem solili. Ko voda zavre, dodamo krpice in kuhamo približno 6 minut. V ločeni posodi zavremo vodo, ki smo jo pred tem solili. Ko voda zavre, dodamo krpice in kuhamo približno 6 minut. Jed postrežemo še toplo.

Dober tek!

MALE HRENOVKE V LISTNATEM TESTU

Sestavine:

- listnato testo
- male hrenovke
- rumenjak
- nariban sir

Postopek:

Najprej pomokamo delovno površino, nato na to postavimo razvaljano listnato testo in ga narežemo na male trikotnike. En trikotnik ena hrenovka. Hrenovko postavimo na širši del trikotnika in jo “zarolamo” v testo. Tako položimo vse hrenovke na pekač in jih pomažemo z rumenjakom. Tako se bo testo lepo zapeklo. Na koncu na hrenovke posujemo še nariban sir in postavimo v pečico, ogreto na 200 stopinj Celzija za 20 minut. Zraven pa lahko postrežemo še poljubno omako.

TRANSILVANSKA JUHA Z MESNIMI KROGLICAMI

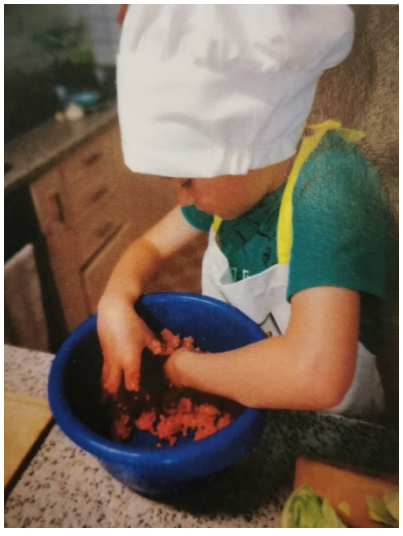
Sestavine:

- 200 g mletega mesa (svinjsko ali mešano)
- 2 žlici riža (pred kuhan)
- 1 jajce
- 1 velika ali 2 majhni čebuli
- česen po okusu
- sol, poper, paprika (v prahu)
- zelenjava po okusu: korenje, zelje, zelena, koleraba, paprika (rumena), krompir, paradižnik, peteršilj
- 1-2 jušne kocke (drugi kocko dodamo pri večji količini juhe)
- malo olja
- BORSCH (Kisli sok iz pšeničnih otrobov, riža ali sladkorna pese, fermentiran v vodi) ali limonin sok
- kisla smetana (za serviranje)

Postopek:

Sesekljajmo čebulo. Polovico damo v mleto meso, druga polovica pa bo ocvrta na olju. Najprej naredimo mesne kroglice: Jajcu dodamo mešanico mesa + čebule. Dodamo česen, sol, poper in papriko in riž ter dobro premešamo. Ko je masa homogena, naredimo majhne kroglice in jih položimo na krožnik (krožnik namažemo z oljem, da se ne prime). V velikem loncu na malo olja prepražimo čebulo. Čebulo mešamo,da se ne prismodi. Ko čebula zastekli in porumeni dolijemo 1 liter vode in dodamo 1 jušno kocko. Osnovo pustimi zavreti. Previdno vstavimo mesne kroglice in pustimo vreti na majhnem ognju, medtem ko sesekljamo preostalo zelenjavo. Pred zelenjavo, dodamo še nekaj vode ter nato najprej korenje, papriko, zelje in zeleno, nato kolerabo in krompir. Če delamo veliko juhe (več kot 3 litre), lahko dodamo še eno jušno kocko. Kuhamo približno 15 minut, nato dodamo paradižnik in liste peteršilja ter vse skupaj kuhamo še 5 minut. Na koncu kuhanja dodamo BORSCH (lahko ga nadomestite z limoninim sokom) in kuhamo le nekaj minut. Postrežemo s kislo smetano.

Dober tek!



ZELENJAVVNA JUHA

Sestavine:

- Korenje
- Grah
- krompir
- Brokoli
- Cvetača
- Olje
- Čebula
- Česen
- Moka
- Sol
- Poper
- Peteršilj

Postopek:

Vso zelenjavo operemo. V velik lonec natočimo nekaj vode, solimo in postavimo na štedilnik, da zavre (med kuhanjem zelenjave naj cel čas po malem vre). Medtem narežemo korenčke na kolobarje in stresemo v vodo. Olupimo nekaj krompirčkov, jih narežemo na male kockice in prav tako dodamo v vrelo vodo, hkrati dodamo tudi nekaj zmrznjenega graha. Cvetačo in brokoli narežemo na manjše kocke in damo v lonec k ostalim sestavinam. Nato pripravimo prežganje: v manjši kozici pogrejemo olje, medtem olupimo čebulo, jo nasekljamo na majhne koščke ter na olju popražimo, da porumeni. Olupimo nekaj strokov česna in jih dodamo na olje k čebuli, pomešamo, dodamo žličko gladke moke, vse skupaj na kratko prepražimo in dodamo v lonec z vodo in zelenjavo. Vse skupaj dobro premešamo, da se moka raztopi in da ni grudic. Na koncu nasekljamo peteršilj, dodamo v lonec, popramo in po potrebi dodatno solimo. Postrežemo z nasmehom!

M. E. G. A. PICA

Sestavine za testo:

- 400g moke
- 20g suhega kvasa
- 1/2 žličke soli
- 150ml mleka
- 150ml vode
- 4 žlice olja

Sestavine za nadev:

- 100g passate
- nasekljan origano
- nekaj piščančje salame
- nekaj suhe salame
- 1/2 čebule
- rakovi repki oz. kozice
- mozzarela
- suhi paradižniki
- nariban sir (veliko)

Postopek:

Sestavine za testo zmešaš skupaj in pustiš vsaj 1 uro, da malce shaja. Nato ga razvaljaš, postaviš na pekač in namažeš s paradižnikovo passato. Potreseš origano in pico obložiš z najljubšimi sestavinami. Potreseš nariban sir in pečeš 15 minut na 240°C. Pico serviraš vročo.
DOBER TEK!

IDRIJSKI ŽLIKROFI (PO RECEPTU STARE MAME)

Sestavine za nadev:

- 26 srednje debelih ali 39 drobnih ali 13 debelih krompirjev
- 5 srednje debelih čebul
- 1 jogurtov lonček narezanega drobnjaka
- 20 dkg margarine
- poštena pest soli
- malo popra
- Poleg se odlično poda pečenka pol jogurtovega lončka majarona

Sestavine za testo:

- 1,5-2 kg mehke moke, tip 400 (ne 500)
- 13 A ali 12 SU ali 15 B jajc
- malo (cca. 3 žlice) mleka

Postopek:

NADEV Krompir skuhamo v osoljeni vodi. V ponvi razpustimo margarino in na njej rahlo prepražimo že prej drobno nasekljano čebulo. Ponev odstranimo z ognja in dodamo drobnjak. Kuhan krompir olupimo in stisnemo, vanj vmešamo vsebino ponve, dodamo sol, poper in majaron.

TESTO Testo naredimo tako, da damo moko v dovolj veliko posodo, v sredino dodamo jajca in mleko ter umesimo gladko testo in ga zvaljamo na debelino 0,9-1,1mm.

ŽLIKROFI Kroglice nadeva naložimo v vrsto na testo, odrežemo testo in zvijemo v žlikrofe, ki jih zlagamo na pomokano desko. Žlikrofe damo v vrelo vodo in previdno pomešamo. Kuhani so, ko priplavajo na vrh.

Poleg se odlično poda pečenka.

PITA Z JABOLKI

Sestavine za testo:

- 400 g mehke moke
- 2,5 dcl mlačne vode
- 3 žlice olja
- malo soli

Sestavine za nadev:

- jabolka
- cimet
- sladkor

Postopek:

Sestavine za testo vse skupaj zamesite in pustite stati slabi 2 uri. Medtem, ko testo vzhaja pripravimo nadev. Mi smo se tokrat odločili za jabolka, zato smo jih olupili in naribali. Ko so bila jabolka vsa naribana smo jih malo posladkali ter dodali ščepec cimeta.

Testo smo po 2 urah razvaljali, dodali nadev ter vse skupaj zavili in dali v pečico na 180 stopinj Celzija za približno 30 min (odvisno od pečice).

Dober tek

GIBANICA

Sestavine:

- 6 jajc
- 500g skute
- 3dcl radenske
- 1dcl olja
- 5 g pecilnega praška
- 700g - 1000g vlečenega testa

Postopek:

Vse sestavine pomešamo. Vzamemo manjši oz. srednji pekač in ga premažemo z maslom. Na dno pekača položimo 2 lista testa. Položimo tako, da z vsake strani gleda ven a da je še vedno dno prekrito. Nato začnemo zlagat. Zlagamo tako, da vzamemo 1list testa, ga pomočimo v nadev in ga na rahlo zmečkanega položimo v pekač. In tako eden zraven drugega zlagamo vse dokler ne pridemo do konca. Na koncu si čisto malo nadeva pustimo na stran, kar ostane nadeva, pa prelijemo čez zmečkane liste. Liste testa, ki visijo čez pekač položimo na sredino, tako da pokrijemo gibanico. V nadev, ki smo ga dali na stran dodamo malo radenske ali olja in premažemo zgornjo plast. Nato lahko vzamemo še en list testa in ga damo na vrh in robove lepo zatlačimo okrog in okrog in še enkrat malo premažemo.
Ko je že skoraj pečeno, čisto malo premažemo z oljem in vodo (v skodelico od kave damo pol vode in pol olja). Pečemo 40 minut na 200 stopinj Celzija. Pečemo do zlatorjave barve.

MUFFINI

Sestavine:

- 225 g moke
- 1 čajna žlička pecilnega praška
- 1 vaniljev sladkor
- 100 g sladkorja
- 25 g kakava v prahu
- 100 g čokolade za kuhanje
- 1 jajce
- 170 ml mleka
- 75 ml olja

Postopek:

Čokolado narežemo na manjše koščke. Ločimo rumenjak od beljaka. Rumenjaku dodamo sladkor, vaniljev sladkor, olje, mleko ter vse skupaj premešamo. Dodamo kakav v prahu, moko in pecilni prašek, premešamo z mešalnikom. Premešamo beljak in ga vmešamo k masi, dodamo koščke čokolade. V modelčke za muffine damo maso do roba. Pečemo na 180 stopinj Celzija 25 minut.

ČOKOLADNO BANANINE KEPE V SLADKEM SKRIVALIŠČU

Sestavine za kepe:

- 3 srednje velike zrele banane
- 250 g maslenih keksov
- 80 g čokolade za kuhanje

Sestavine za preliv:

- 1 čokoladni puding
- 2 jušne žlice sladkorja
- 400 ml mleka

- kokos za posip

Postopek:

Piškote zmeljemo. Nad vodno kopeljo stopimo čokolado. Medtem dobro z vilicami pretlačimo banane. Piškote, banane in stopljeno čokolado pregnetemo v gladko maso in iz nje oblikujemo kepe, katere zlagamo v manjši pekač. Medtem, ko kuhamo puding, kepe postavimo v hladilnik. Kuhan puding prelijemo čez kepe in na še vročega posujemo kokos. Sladico postavimo za nekaj ur v hladilnik, da se dobro ohladi. Mi sladico obožujemo, če jo postrežemo skupaj z stepeno sladko smetano. Je pa za prste oblizat tudi brez nje. Pa dober tek!

Poleg tega, da so otroci doma s starši pripravljali različne jedi in ustvarjali plakate z recepti, smo tudi v vrtcu pripravili nekaj dobrot. Skupaj smo pripravili čokoladne kroglice, zeliščni namaz, bananino mleko, različne vrste čajev, mešano solato, napitki z meto ali meliso in sadjem. Pripravljene jedi oz. pijače smo si privoščili za malico, pri kosilu kot prilogo ali po kosilu kot poslastico.

Z pripravo čokoladnih kroglic smo si morali sestavine (skuta, orehi, sladkor v prahu, kakav v prahu) najprej nameriti s tehtnico, nato smo jih zmešali skupaj in na koncu oblikovali kroglice. Za kratek čas smo jih dali na hladno, nato pa smo se z njimi z veseljem posladkali.

Za zeliščni namaz smo potrebovali svež peteršilj, drobnjak in baziliko. Vse to smo nabrali v visokih gredah, ki jih imamo na igrišču vrtca. Zelišča smo narezali na majhne koščke in jih vmešali v mešanico skute in topljenega sirčka. Na koncu smo še posolili, dobro zmešali in namaz je bil pripravljen. Za malico smo si ga namazali na krekerje.

Tudi solato smo odtrgali na vrtčevski gredi. Posadili smo jo v mesecu marcu in sedaj je bila ravno prav velika, da smo si lahko pripravili solato. Zeleno solato smo natrebili in oprali, poleg tega pa smo v krožnike narezali še papriko, kumare, paradižnik, na voljo pa smo imeli tudi koruzo, fižol in čičeriko. Pri kosilu si je tako vsak namešal solato s sestavinami po svoji želji.

Večkrat smo si za preganjanje žeje čez dan pripravili napitek. V gredici smo nabrali meto in meliso, ju oprali ter dali v vrč z vodo. Dodali smo še narezane pomaranče.

Pripravili smo tudi nekaj različnih čajev. V vrelo vodo smo dodali suhe jabolčne krhlje in suh bezeg, naslednjič smo pripravili čaj iz svežih jabolčnih krhljev ter suhih brusnic, pripravili smo tudi čaj iz pomarančnih rezin in bezga.

Posladkali smo se tudi z bananinim mlekom. Pripravili smo ga iz banan, ki so nam prejšnji dan ostale pri malici.