

MLJAC!

Za roditelje:

Prvo dječje omiljeno mjesto za igru je kuhinja, prve najdraže igračke lonci, tave, kuhače.... Zato, spojimo ugodno s korisnim i dajmo djeci omiljene igračke i organizirajmo im zabavne i korisne aktivnosti!

Kuhajući djeca će razvijati spretnost, koordinaciju i ,toliko puta spominjanu, finu motoriku; naučiti će cijeniti trud oko pripreme hrane, promijeniti će se njihov odnos prema hrani. Mjereći, važući učiti će mjerne jedinice, brojeve i brojanje, više-manje (koliko žlica stane u jednu šalicu, koliko sadržaj jedne šalice ima grama, zašto jedna šalice šećera nema isto grama kao jedna šalice brašna,) Kuhajući razvijati će sva osjetila (samo im na to treba skrenuti pažnju), bogatiti će rječnik i povećavati znanje (što je pjenjača, kalup, mogu li se porezati na «ostro brašno», gdje «raste» šećer, a gdje banana, gdje je ta Afrika..., kako i sir i maslac mogu biti od mlijeka i otkuda to jednoj kravi...., voće, povrće...možete u tegle posijati mrkvu, zakopati jedan mali krumpir, pa uživati u čudima prirode)Kad naprave nešto što ćete svi zajedno pojesti i pohvaliti, dijete će se osjećati važno, zadovoljno i sretno. Nemojte ga poštediti čišćenja kuhinje nakon kuhanja, to je sastavni dio svake pripreme obroka!

Za djecu:

BANANOLED (RECEPT ZA STRPLJIVE)

TREBAJU TI:

- 2 BANANE,
- DRVENI ŠTAPIĆI,
- PAPIR ZA PEČENJE,
- ČOKOLADA ZA KUHANJE, VELIKA KAO ONA ČOKOLADA KOJU BI POJEO-POJELA ODJEDNOM (PITAJ MAMU ILI TATU KOLIKO JE 100 GRAMA),
- MALO MASLACA (VELIČINE LOPTICE-SKOČICE),
- MALE ZDJELICE, A U NJIMA MLJEVENI ILI ZDROBLJENI LJEŠNJACI, BADEMI, ŠARENE MRVICE, ZDROBLJENI KEKSI, KOKOS.....SVE ŠTO VOLIŠ

A SAD NA POSAO:

- DOBRO OPERI RUKU
- BANANE OGULI, ODREŽI IM VRH, PA IH PODIJELI NA 3-4 KOMADA.

NATAKNI SVAKI KOMAD NA JEDAN DUGI ŠTAPIĆ, POREDAJ NA PAPIR ZA PEČENJE I S NJIMA U ZAMRZIVAČ, NA LED! DOK SE BANANE IGRAJU S PINGVINIMA, TI SAZNAJ GDJE BANANE RASTU, KAKO IZGLEDA PALMA, KOJA ŽIVOTINJA OBOŽAVA BANANE, GDJE ŽIVI...PRONAĐI AFRIKU NA KARTI, OTPUTUJ TAMO I SRETNO SE VRATI, PA SVE TO ŠTO SI VIDIO - VIDJELA NACRTAJ. MALO SE ODMORI.

OTOPI ČOKOLADU S ONOM LOPTICOM MASLACA U NEKOJ MANJOJ ZDJELICI ILI DUBLJEM LONČIĆU (DA MOŽEŠ UTOPITI BANANU). I SAD MORAŠ BITI BRZ-BRZA, BANANE TREBA OBUĆI!! BANANE VAN , IZ ZAMRZIVAČA, JEDNU PO JEDNU BRZO U VRUĆU ČOKOLADU, PA PO NJIMA POSPI ONO FINO IZ ZDJELICA I OPET IH STAVI NA PAPIR ZA PEČENJE. KAD SU SVE BANANE OBUČENE, STAVI IH U FRIŽIDER (NE K PINGVINIMA!), JOŠ SAMO KRATKO, TAMAN KOLIKO TI TREBA DA POSPREMIŠ KUHINJU I PROVJERIŠ DA LI JE AFRIKA I DALJE NA ISTOM MJESTU I GDJE JE MADAGASKAR.

MLJAC!!!

JABUKOLAČ

TREBAJU TI:

- 3 ŠALICE ZOBENIH PAHULJICA,
- 1 ŽLIČICA CIMETA,
- 1 PRAŠAK ZA PECIVO,
- POLA ŠALICE GROŽĐICA,
- MAAAALKICE SOLI (NEĆEŠ VJEROVATI ALI SVAKI DESERT JE SLAĐI AKO U NJEGA DODAŠ MRVICU SOLI!),
- 1 JAJE,
- 2 ŠALICE MLIJEKA,
- 3-4 ŽLICE MEDA,
- 1 ŽLICA ULJA,
- 2-3 JABUKE

I JOŠ SI PRIPREMI:

- 2 ZDJELE,

-PJENJAČU (ŠTO JE TO???? – PITAJ MAMU), ILI KUHAČU

- RIBEŽ,

- PROTVAN (PLEH ZA PEČENJE). MOŽEŠ GA NAMAZATI S MASLACEM ILI OBLOŽITI PAPIROM ZA PEČENJE

TAKO. SAD MOŽEŠ POČETI S IZRADOM JABUKOLAČA.

DOBRO OPERI RUKE.

U JEDNU ZDJELU STAVI ZOBENE PAHULJICE (3 ŠALICE), PRAŠAK ZA PECIVO, ONO ZRNCE SOLI, ŽLIČICU CIMETA I GROŽĐICE. PROMIJEŠAJ.

U DRUGU ZDJELU RAZBIJ JAJE, UMUTI PJENJAČOM ILI KUHAČOM, DODAJ DVIJE ŠALICE MLIJEKA, MALO MUTI, MIJEŠAJ, VRTI (OPREZNO, DA NE POBJEGNE VAN IZ ZDJELE!), SAD DODAJ 3-4 (BOLJE 4) ŽLICE MEDA, MALO MUTI, MIJEŠAJ, VRTI (SAD VEĆ ZNAŠ DA TO TREBA RADITI OPREZNO), PA UMUTI ,UMIJEŠAJ ,UVRTI JEDNU ŽLICU ULJA.

NA RED SU DOŠLE JABUKE. DOBRO, DOBRO IH OPERI. ZAMOLI NEKOG DA IH OGULI (AKO MOŽEŠ I TO – ODLIČNO!). NARIBAJ IH U OVU «MOKRU» SMJESU I BUDI VRLO OPREZAN-OPREZNA: NE PRIČAJ NI SA KIM, NE MISLI NI NA ŠTO DRUGO DOK TO RADIŠ, ČUVAJ PRSTE! RIBEŽ MOŽE BITI VRLO OPASAN AKO MU NE POKLANJAŠ PUNU PAŽNJU! KAD JE I TAJ OPASNI POSAO GOTOV, DODAJ PRVU,» SUHU» ZDJELU U OVU «MOKRU» (NARAVNO, NE ZDJELU, NEGO ONO ŠTO JE UNUTRA! ☺)I SVE DOBRO I PAŽLJIVO PROMIJEŠAJ. DOBRO I PAŽLJIVO! JESI?

DOBRO. MALO ODMORI. NEKA I JABUKOLAČ ODMORI. ZAMOLI MAMU-TATU DA UPALE PEĆNICU NA 180*.

NAPRAVI 5 ČUČNJEVA, TRČI U MJESTU DOK NABROJIŠ DO 10, POKUŠAJ DOHVATITI PRSTE NA NOGAMA, ALI DA NE SAVIJAŠ KOLJENA, VOZI BICIKL POLEŽEĆKI, PA SVE TO PONOVI JOŠ JEDNOM.

VRIJEME JE DA JABUKOLAČ UĐE U PEĆNICU. TO PREPUSTI ODRASLIMA, ALI NE SASVIM: DOBRO GLEDAJ DA JABUKOLAČ SRETNO I SPRETNO PREBACE IZ ZDJELE U PLEH ZA PEČENJE. NE ISPUŠTAJ IH IZ VIDA NITI KAD GA STAVLJAJU U PEĆNICU (SAMO SE MALO ODMAKNI)!

SADA IMAŠ 35-40 MIN VREMENA.

POSPREMI KUHINJU, PROČITAJ JEDNU SLIKOVNICU, PA JOŠ JEDNU.ODMORI, ZASLUŽIO-ZASLUŽILA SI!

SAD VEĆ JAKO LIJEPO MIRIŠE IZ KUHINJE, JE LI TAKO?

AKO ŽELIŠ, (A SIGURNO ŽELIŠ) MOŽEŠ NAPRAVITI ČOKOLADNU GLAZURU ZA KOLAČ: OTOPI 10 DKG ČOKOLADE (TO JE ONA ČOKOLADA ŠTO BI JE NAJRAĐE ODJEDNOM POJEO-POJELA) SA ŠEST ŽLICA VODE. U OTOPLJENU DODAJ KOMADIĆ MASLACA (VELIK KAO KOCKICA), SVE DOBRO PROMIJEŠAJ I PRELIJ PREKO TOPLOG JABUKOLAČA.

MALO SE STRPI DOK SE KOLAČ NE OHLADI, A ONDA.....MLJAC!

PIKNIK NA BALKONU ILI USRED DNEVNOG BORAVKA

PRIPREMI I OSIGURAJ:

-JEDNOG POUZDANOG POMOĆNIKA,

-STARI KRUH (NAJBOLJE ONAJ DUGULJASTI, ZOVU GA FRANCUZ. ČAK I NE MORA BITI STAR, BITNO JE DA TI GA POMOĆNIK NAĐE)

-2 RAJČICE, ILI VIŠE OD DVIJE AKO SU TO ONE MALE, SLATKE

-MASLINE,

-SIR (MOŽE VIŠE VRSTA, ONAJ TVRDI ŽUTI, MEKANI BIJELI-FETA, PARMEZAN,....)

-PO IZBORU: ŠPEKIĆ. SALAMICA, ŠUNKICA.....

-MLADI LUK (AKO VOLIŠ)

-MASLINOVO ULJE

-DASKA ZA REZANJE, NOŽ

KAD SVE TO IMAŠ, PRVO DOBRO, DOBRO OPERI RUKE.

ZATIM OPERI RAJČICE, OČISTI I OPERI LUK (AKO UOPĆE DOLAZI U OBZIR).

ZAMOLI POMOĆNIKA DA NAREŽE KRUH NA ŠNITE (NARAVNO, TO MOŽEŠ I SAM-SAMA, AKO MOŽEŠ), PA IH SLOŽI NA PLEH ZA PEČENJE

RAJČICU , MASLINE, ŠPEKEC (ZAMOLI POMOĆNIKA!), SALAMICU, ŠUNKICU, LUKAC (AKO UOPĆE DOLAZI U OBZIR) IZREŽI NA SITNO.

SVAKI KRUŠČIĆ (KOJA RIJEČ?!!, PROBAJ JU IZGOVORITI BRZO, TRI PUTA ZA REDOM) NAMAŽI SA ŽLIČICOM MASLINOVOG ULJA, A ONDA GORE PO MALO OD SVEGA SITNO IZREZANOG. OPET MALOM ŽLIČICOM STAVI PAR KAPI MASLINOVOG ULJA.

DOK TI TO SLAŽEŠ, ZAMOLI POMOĆNIKA DA UPALI PEĆNICU NA 200*. KAD JE SVE PRIPREMLJENO POTROŠENO, A KRUŠČIĆI LIJEPO UKRAŠENI, NA REDU JE PORINUĆE PLEHA-BRODA SA ŠARENIM PUTNICIMA U PEĆNICU! I TO JE ZADATAK POMOĆNIKA, PA NE MOŽEŠ TI BAŠ SVE!!

IMAŠ 10 MINUTA DA PRIPREMIŠ MJESTO ZA PIKNIK! BRZO!!!

RAŠIRI DEKICU NA BALKONU ILI U DNEVNOM BORAVKU, PRIPREMI TANJURE, SALVETE, ČAŠE, VRČ S VODOM ILI SOKOM, SLAMKE...

AKO TI JE OSTALO RAJČICA, MASLINA, MLADOG LUKA,.....AKO IMAŠ KISELIH KRSTAVACA, ROTKVICE.... STAVI IH U ZDJELICE PA NA DEKICU

GOTOVO!

DOK SE BRUSKETI (DA, TAKO SE TI KRUŠČIĆI ZOVU) MALO HLADE, ODIGRAJTE JEDAN KRUG «POGODI PO OKUSU» (S ONIM IZ ZDJELICA)

HRSK!MLJAC!!

PARTY MUFFINI

ZAŠTO TI NE BI SVOM OMILJENOM PLIŠANCU NAPRAVIO PARTY I POZVAO SVE NJEGOVE PLIŠANE PRIJATELJE? ILI PRIREDI PIDŽAMA PARTY ZA SEBE I SVOJE UKUĆANE. ILI ORGANIZIRAJ KINO PARTY. ILI.....MA SMISLIT ĆEŠ SIGURNO NEŠTO ZABAVNO! A UZ ZABAVU IDU FINI, SLANI MUFFINI KOJI POMALO IMAJU OKUS NA PIZZU. (AKO NE VOLIŠ RAJČICU NA PIZZI, OVO JE PRAVI RECEPT ZA TEBE!)

ZNAŠ VEĆ - DOBRO, DOBRO OPERI RUKE!

PRIPREMI:

-PAPIRNATE KOŠARICE ZA MUFFINE

-KALUP ZA MUFFINE

-ŠALICU IZ KOJE PIJEŠ KAKAO, KUHAČU, PJENJAČU, ZDJELU U KOJOJ ĆEŠ RADITI MUFFINE

-OŠTRO BRAŠNO, (1 ŠALICA) – USPUT PROVJERI MOŽEŠ LI SE NA OŠTRO BRAŠNO POREZATI ☺

-MLIJEKO, (1 ŠALICA).

-1 JAJE

- RIBANI SIR ILI SIR MOZZARELLA (POLA ŠALICE)

-1 HRENOVKU (ILI MALO ŠUNKE), NASJECKAJ

-1 PRAŠAK ZA PECIVO,

-ORIGANO (ZNA MAMA ŠTO JE TO), SOL

KREĆEMO:

U ZDJELU ISTRESI DO VRHA PUNU ŠALICU BRAŠNA, PRAŠAK ZA PECIVO, POLA ŽLIČICE ORIGANA, ISTO TOLIKO SOLI. DOBRO TO IZMIJEŠAJ. SADA U ŠALICU ULIJ MLIJEKO. DODAVAJ GA MALO PO MALO U BRAŠNO I POMALO MIJEŠAJ. JAJE RAZBIJ U JEDNU DRUGU POSUDU, PA GA MALO NALUPAJ PJENJAČOM I TAKO IZLUPANO DODAJ SMJESI U VELIKOJ ZDJELI. PROMIJEŠAJ DOBRO. POLA ŠALICE RIBANOG SIRA (ILI NATRGANE MOZZARELLE) I NASJECKANU HRENOVKU STAVI UNUTRA. SVE DOBRO IZMIJEŠAJ.

MUFFINI SE SAD MORAJU 10 MIN ODMORITI, ALI TI NEMAŠ VREMENA ZA ODMOR! POSPREMI KUHINJU.

PROBAJ SAZNATI ŠTO RIJEČ MUFFIN (MAFIN) ZNAČI. OTKUDA SU TI GLJIVASTI KOLAČIĆI K NAMA STIGLI. JA ZNAM SAMO DA SU TOLIKO FINI DA NIKAD NE MOŽEŠ POJESTI SAMO JEDAN! ZATO KALUPI ZA MUFFINE IMAJU PUNO RUPA. IZBROJI KOLIKO JE RUPA U TVOM KALUPU. IZRAČUNAJ KOLIKO ĆEŠ MUFFINA POJESTI, ALI TAKO DA BUDE PRAVEDNO I DA SVATKO DOBIJE JEDNAK BROJ. JESI? SVE?

U REDU. ZA OVO ŠTO SLIJEDI TREBAŠ POMOĆ. UPALI PEĆNICU NA 180*. KOŠARICE OD PAPIRA UMETNI U RUPE NA KALUPU I ONDA PAŽLJIVO, ILI UZ POMOĆNIKA, U NJIH STAVLJAJ MUFFINE ,KOJI JOŠ NE SLIČE MUFFINIMA. NEMOJ IH PUNITI DO VRHA JER ĆE NARASTI TIJEKOM PEČENJA. ZA TO JE ZASLUŽAN SNAGATOR IZ VREĆICE, ONAJ PRAŠAK ZA PECIVO, A POMAŽE MU I JAJE . KAD SU SVE KOŠARICE PUNE I KALUP JE U PEĆNICI ,IMAS 15 – 20 MINUTA VREMENA.

AKO RADIŠ ZABAVU ZA Plišance, vrijeme je da ih pozoveš (paži na broj, da bude muffina za sve!). Pripremi sve ono što znaš da tvoj plišanac voli.

AKO RADIŠ pidžama party, stigneš se istuširati, obući omiljenu pidžamu, natjerati na to i ostale, pripremiti muziku.

AKO ćete imati kino party napravi ulaznice, pobrini se da svi imate mjesto s dobrim pogledom na ekran, pripremi piće, slamke....

I UŽIVAJ!!! MLJAC!!!

TUNALATA-SALATA

TREBAŠ:

-5 listova zelene salate,

-2 rajčice,

-1 papriku,

-1 malu konzervu kukuruza,

-tunu, isto iz konzerve,

-malo tjestenine, pužići, školjkice, šarafi...svejedno je (količinu koja stane u tvoje spojene dlanove, pa dva puta toliko)

-3 žlice ulja, 2 žlice octa (ili iscijedeni limun), malo soli

-(ako voliš, salatu možeš preliti i s jogurtom u koji si dodao-dodala malo majoneze i malo ulja, malo octa i malo soli)

-jednu praznu staklenku s poklopcem

-dasku za rezanje, nož, veliku zdjelu

Naravno, dobro operi ruke.

Zamoli mamu ili tatu da stave kuhati tjesteninu.

U praznu staklenku stavi ulje, ocat, malo soli i ako voliš jogurt, malo majoneze. dobro zatvori staklenku i onda ju protresi, mućkaj, mućkaj...dok se svi sastojci unutra dobro ne protresu, promućkaju. stavi ju u hladnjak.

OPERI SALATU, RAJČICE, PAPRIKU.

NA DASCÍ ZA REZANJE PAŽLJIVO, BEZ ŽURBE, IZREŽI SALATU NA TRAKICE. TRAKICE U ZDJELU. UZMI PAPRIKU, PREREŽI JU NA POLA, ALI TAKO DA JU PREREŽEŠ PREKO ONE NJENE DRŠKICE. TU MORAŠ BITI JAKO PAŽLJIV-PAŽLJIVA, DA SE NE POREŽEŠ. IZVADI PREREZANE DRŠKICE, SJEMENKICE ISTRESI, IŠČEPRKAJ. PAPRIKU ISTO REŽI NA TRAKICE, A ONDA TRAKICE NA KOCKICE. UF....DUGO TRAJE....AKO TE BOLE RUKE, SASVIM JE U REDU DA MALO ODMORIŠ.

PROVJERI ŠTO JE S TJESTENINOM. KAD JE KUHANA TREBA SE OHLADITI. (SAMO OPOMENI POMOĆNIKA)

KAD JE I KOCKASTA PAPRIKA U ZDJELI, NA REDU SU RAJČICE. ONE ZNAJU BITI TVRDOGLAVE I NE DAJU SE UVIJEK LIJEPO REZATI, PA SE NE BRINI AKO SE TO I TEBI DOGODI. POBIJEDI JU KAKO GOD I STRPAJ U ZDJELU K SALATI I PAPRICI. ZOVNI POMOĆNIKA I ZAMOLI DA TI OTVORI KONZERVU KUKURUZA I TUNE. OPERI KUKURUZ U CJEDILU ZA ČAJ, MALO OCIJEDI, PA U ZDJELU! SAD JE VEĆ UNUTRA VESELO, ŠARENO I GUŽVASTO!

TUNU MALO RAZMRVI, MOŽEŠ PRSTIĆIMA, I GLEDAJ KAKO SE LIJEPO SLAŽE S ONIMA OSTALIMA U ZDJELI!

AKO SE TIJESTO OHLADILO, DODAJ GA ŠARENOJ DRUŽINI (MOŽEŠ IH I UPOZNATI!)

A AKO JE POMOĆNIK BIO SPOR, A TI TURBO BRZ-BRZA, PA JE TIJESTO JOŠ VRUĆE, POSPREMI KUHINJU.

SAZNAJ DA LI PAPRIKA, RAJČICA I ZELENA SALATA RASTU NA DRVETU, TREBA LI IH IZVADITI IZ ZEMLJE ILI BRATI U ŠUMI ILI JE TOČNO NEŠTO SASVIM DRUGO . NACRTAJ ŠTO TI JE SVE BILO POTREBNO ZA OVU ŠARENU SALATU.

KAD SU SVI SASTOJCI NA MJESTU (I TIJESTO), IZVADI IZ HLADNJAKA STAKLENKU S PRELJEVOM, JOŠ JU MALO MUĆNI, ZDRMAJ I ONDA BRZO PRELIJ PREKO. DOBRO SVE PROMIJEŠAJ, IZOKRENI, PROBAJ. AKO NEŠTO FALI -DODAJ (TU TI ISTO JAKO DOBRO DOĐE POMOĆNIK, PONEKAD ONI BOLJE ZNAJU ŠTO NEDOSTAJE!)

SIGURNO JE SADA MMMMM.....LJAC!

JOŠ JEDNA FINA I ZDRAVA SALATA

ZA OVU SALATU TREBAJU TI:

-RUKE OPRANE SAPUNOM

-LIMUN (2 KOMADA; JEDAN ODMAH, DRUGI MALO KASNIJE☺)

-POLA ŠALICE MASLINOVOG ULJA

-ŽLIČICA ORIGANA (VEĆ SMO GA UPOZNALI)

-2 KRASTAVCA

-CHERRY RAJČICE (SLATKI, MALI PIKULASTI PARADAJZIĆI, MENI BAŠ SLIČE NA TREŠNJE!) – KOLIČINU ODREDI PREMA TOME KOLIKO IH VOLIŠ

-MASLINE BEZ KOŠTICA

-300 GRAMA FETA SIRA (NEKA TE NE ZABRINE OVO «300 GRAMA», UZMI KOLIKO IMAŠ, NE MOŽEŠ POGRIJEŠITI, ILI SAZNAJ KOLIKO JE TO!!)

-STAKLENA TEGLICA S POKLOPCEM, DASKA ZA REZANJE, NOŽ

-NARAVNO, ZDJELA ZA SALATU

PRVO NAPRAVI PRELJEV ZA SALATICU: ISCIJEDI LIMUN, STAVI SOK U TEGLICU, DODAJ ULJE, ORIGANO, MALKICE VODE. ZATVORI TEGLICU I – PROMUĆKAJ! MUĆKAJ... MUĆKAJ....DOBRO. STAVI TEGLICU U HLADNJAK.

OPERI KRASTAVCE I RAJČICE. KRASTAVCE TREBA OGULITI. TKO ĆE TO RADITI TI ODLUČI, IPAK SI DANAS ŠEF KUHINJE!

PIKULASTE RAJČICE PREREŽI SAMO NA POLA. KRASTAVCE IZREŽI KAKO ŽELIŠ – MOŽEŠ NA KOCKICE ILI NA KOTAČIĆE, MOŽEŠ I KOMBINACIJU. TI SI ŠEF.

MASLINE (OPREZNO!!!) IZREŽI NA 2-3 KOMADIĆA. MOŽEŠ UBACITI I PONEKU CIJELU. KOLIČINU ODREDI PREMA TOME KOLIKO IH VOLIŠ. TI SI ŠEF.

FETA SIR IZMRVI PRSTIĆIMA. IZAZOV : POTRUDI SE DA NE OBLIŽEŠ PRSTE DOK GOD NISI GOTOV-GOTOVA!!!

SALATA JE SPREMNA ZA PRELJEV IZ HLADNJAKA! AKO TI SE UČINI DA PRELJEVA IMA PREVIŠE, SPREMI OSTATAK ZA SUTRA.

PROMIJEŠAJ SVE, PROBAJ....NEŠTO FALI, A NE ZNAŠ ŠTO? ZAMOLI MAMU DA PROBA, ONA ĆE SIGURNO ZNATI.

MISLIM DA SI SAD ZASLUŽIO-ZASLUŽILA JEDNU FINU, ZDRAVU LIMUNADU
(ONAJ DRUGI LIMUN ☺!!) SALATA MOŽE MALO PRIČEKATI! SRRRK!!! I ONDA –
MLJAC!!!