**ZAJĘCIA ROZWIJAJĄCE KREATYWNOŚĆ**

PROPOZYCJA ZAJĘĆ DLA UCZNIÓW KL. III SSPdP b

05.06.2020

WIOSENNA SAŁATKA

Proszę, aby na miarę możliwości zaprosić Michała i Konrada do działań w kuchni. Zaproponujcie chłopakom przygotowanie sałatki jaką lubią najbardziej. Niech przygotują listę zakupów, przygotują potrzebne składniki, myją kroją. Zaproponujcie estetyczne podanie do stołu i wspólne konsumowanie przygotowanej sałatki. Poniżej podaję dwa przepisy na sałatki, może któraś wam posmakuje.

SAŁATKA WIOSENNA

Składniki na ok. 4 porcje:

* sałata np. lodowa
* 3 jajka
* ok. 150g sera mozzarella w małych kuleczkach
* 4 rzodkiewki
* kilka pomidorków koktajlowych
* papryka
* 50g boczku
* ½ łyżeczki musztardy
* 6 łyżeczek octu winnego
* 6 łyżek oleju
* sól, pieprz, szczypta cukru

Sposób przygotowania:

1. Jajka ugotować na twardo, ostudzić, obrać i pokroić w łódki.
2. Boczek pokroić w kostkę i usmażyć.
3. Sałatę umyć, osuszyć i poszarpać na kawałki.
4. Rzodkiewki umyć i pokroić.
5. Paprykę oczyścić, umyć i pokroić w kostkę lub paski.
6. Musztardę, ocet, olej, sól, pieprz i cukier wymieszać.
7. Sałatę, jajka, rzodkiewki, paprykę, pomidory i mozzarellę wymieszać. Sałatkę ułożyć na dużym talerzu lub w misce, posypać boczkiem i polać sosem.

 Kolorowa sałatka z jajkiem i rzodkiewką

**Składniki na sałatkę:**

* 3 jajka zerówki
* duża sałata rzymska
* szczypiorek
* pęczek rzodkiewek
* 1 brokuł
* garść pomidorków koktajlowych
* pół czerwonej cebuli

**Składniki na dressing:**

* 4 łyżki oliwy z oliwek
* 2 łyżki musztardy Dijon
* 1 łyżka miodu
* 1 łyżka octu winnego
* sól
* pieprz

Sposób przygotowania:

Jajka gotujemy na twardo, a następnie każde z nich kroimy na 4 części. Brokuła gotujemy przez około 5 minut na parze uważając, aby go nie rozgotować. Sałatę, rzodkiewki i cebulę kroimy na kawałki, siekamy szczypiorek. Następnie łączymy składniki na dressing. W dużej misce umieszczamy wszystkie pokrojone składniki na sałatkę i całość polewamy dressingiem.

POZDRAWIAM SERDECZNIE I ŻYCZĘ SMACZNEGO.