

Консультация для родителей «Готовим вместе с детьми»

Волшебный суп

Часто бывает такое, что от всяких вкусов малыш не откажется, а вот накормить его супом весьма сложно. Значит, суп нужно тоже приготовить вместе. Например, суп с фрикадельками назовем "Малыш и Карлсон". Помните, с каким аппетитом уплетал Карлсон фрикадельки, приготовленные мамой Малыша? Итак, пока ребенок моет овощи для супа (небольшую луковицу, корешок петрушки, среднюю морковь и 5-6 картофелин), мама наливает в кастрюлю 2 литра воды и ставит на огонь. Когда вода закипит, бросаем туда мелко порезанную луковицу, корень петрушки, натертую на крупную терку морковь и порезанный кубиками картофель. Посолить суп доверьте малышу, предварительно отмерив нужное количество соли. Через 10 минут забрасываем в суп фрикадельки. Для них нам понадобится 300 г мясного фарша. Фарш следует посолить и чуть-чуть поперчить. Из фарша катаем маленькие шарики и бросаем их в кастрюлю. Фрикадельками тоже может заняться ребенок, но вы должны все время контролировать процесс. Варим суп еще 5-7 минут, добавляем зелень петрушки и кусочек сливочного масла. Суп-сказка готов! И ведь действительно: сказка, волшебство. Взяли самые обычные продукты и сотворили из них красивый, ароматный и, главное, вкусный суп. Кто же откажется такой попробовать?



Сырные цыплята

Для детворы очень важен не только вкус блюда, а и его внешний вид. А ведь многим хорошо известным блюдам можно придать совершенно новый, заманчивый.

Например, сделайте вместе с малышом желтеньких сырных цыплят. Предварительно отварите 5 яиц. Пусть малыш их очистит от скорлупы, а вы аккуратно, чтобы не поломать белки, разрежьте яйца пополам. Половинки белков отложите в сторону, они нам еще пригодятся. Желтки разомните вилкой, добавьте

100 г. сыра, 20 г сливочного масла, и немного майонеза. Массу хорошенько вымешайте. Теперь начинается самое интересное.

Половинки яичных белков разложите на украшенную зеленью тарелку. Из сырной массы скатайте шарики и положите их в белки. Это будут туловища наших вылупившихся из яиц цыпляток. "Головки" цыплятам пусть скатает малыш и уложит сверху "туловищ". Осталось сделать нашим птенцам глазки из корочек черного хлеба или кусочков маслин и клювики из отварной моркови. Если предположить, что это не цыплята, а какие-нибудь другие птенцы, можно "посадить" их в "гнездо". Для этого отварите цветную капусту (при желании, ее можно дополнительно обмакнуть во взбитое яйцо и обжарить на растительном масле) и выложите соцветия на блюдо ножками к центру, образуя круг, в котором и будут восседать наши птички. Украсить блюдо поручите **малышу**. В ход пойдет зелень укропа и петрушки, кружочки огурца, зеленый лук. Из трех сваренных в мундире и очищенных картофелин получается забавный снеговик. Картофелины соединяются между собой при помощи зубочисток. Из отварной моркови вырезаем шляпу и нос, в качестве глаз подойдет консервированный горошек. Если проявить чуть-чуть фантазии, обычное отварное яйцо или картофелина превратится и в ежика (с иголками из песочной соломки), и в поросенка, и в симпатичного кролика.



Что у нас на сладкое?

Бисквитный яблочный пирог. Этот пирог не имеет никакого особого названия, но он очень вкусен, быстр и легок в приготовлении. А название можно придумать вместе с ребёнком. Для этого пирога нам тоже понадобятся яблоки. Пусть малыш помоеет штук 5-6, а вы вырежьте из яблок сердцевину и нарежьте их небольшими кубиками. Посыпьте яблоки сахаром (1 столовая ложка) и перемешайте. Теперь займемся тестом. Отделите белки 4 яиц от желтков. Белки взбейте венчиком или миксером в крутую пену. Расскажите малышу, что примерно так готовил Доктор Айболит свой гоголь-моголь, которым лечил больных зверят. Вы продолжаете взбивать белки, а малыш понемногу всыпает сначала 1 стакан сахара, а потом выливает желтки. Затем маленькими порциями

добавляем стакан муки, и перемешиваем ложкой. Очень важно перемешивать осторожно, иначе бисквит не получится легким и воздушным. Смазываем форму для торта маргарином, маленький помощник высыпает на дно подготовленные яблоки, а сверху (помним: осторожно!) выкладываем тесто. Аккуратно разравниваем и ставим в разогретую духовку на средний огонь. Печется такой пирог минут 15-20. Главный критерий готовности – чуть золотистый оттенок и восхитительный запах из духовки. Осторожно поддеваем лопаткой наш пирог, что бы он отстал от стенок и дна, а затем переворачиваем форму и выкладываем произведение на поднос таким образом, чтобы подрумяненные яблоки оказались сверху.



Фигурное песочное печенье – любимый детский кулинарный шедевр, потому что его нужно вырезать забавными формочками. Тесто для этого печенья делается очень просто. Пачку маргарина (250 г) растопите и остудите. Добавьте 2 стакана сахара, 3 яйца, пакетик ванильного сахара, 2 чайные ложки разрыхлителя для теста. Все хорошо перемешайте и всыпьте 2,5-3 стакана муки. Вымешанное тесто должно быть эластичным. Теперь приступаем к самому интересному. Раскатайте кусочек теста в пласт толщиной в 5-7 мм.

Дайте малышу формочки для печенья, и пусть он выдавливает фигурки и аккуратно перекладывает их на выстланный бумагой лист. Выпекаем печенье на среднем огне до золотистого цвета. Из теста можно слепить и выпечь своих собственных "невиданных зверей".



**Приятного вам аппетита
и веселых кулинарных экспериментов!**