

DRUŻYNA: GARNEK PEŁEN ŚWIĄTECZNYCH AROMATÓW – Klasa 4a

kompot wigilijny

przepis na 10 porcji/małych szklanek

Składniki:

- 2,5 l wody
- Wędzone śliwki najlepiej z gospodarstwa ekologicznego 150g
- Suszone jabłka 150 g
- Suszone gruszki 100g
- Aronia 50g
- Suszone śliwki z pestką
- Cynamon
- Goździki
- Cukier biały

Przygotowanie: Przygotuj garnek i włóż do niego wędzone śliwki, suszone śliwki z pestką, suszone gruszki i suszone jabłka oraz aronię. Wlej do garnka 2,5 litra wody, następnie dodaj 5 łyżek cukru, cynamon i kilka goździków. Wstaw garnek na kuchenkę i gotuj na małym ogniu przez 30 minut. W tym czasie aromat potrawy ogłosi wszystkim, że kompot jest gotowy!

Mama Agnieszka, Laura, Oliwia, Rafał

DRUŻYNA: HELSKIE BURACZKI – klasa 4b

wigilijny barszcz

przepis na 4 porcje

Składniki:

- 1 litr zakwasu buraczanego
- 0,5 litra wody
- 2 marchewki
- 1 seler
- 1 korzeń pietruszki
- 1 por
- 5 ziaren ziela angielskiego
- 2-3 listki laurowe
- sól, pieprz, majeranek

Przygotowanie: Wlej do wody 0,5 litra wody, gotuj na średnim ogniu, warzywa obierz i pokrój a następnie wrzuć do garnka z wodą. 2 litry zakwasu wlej do wywaru, dodaj 2-3 liście laurowe, ziele angielskie, pieprz i sól, odrobinę majeranku. Gotuj około 40 minut.

Przygotowanie zakwasu:

- 1 kg buraków
- 5 litrów wody
- pół główki czosnku
- 2 liście laurowe
- 5 ziaren ziela angielskiego, sól, 1 łyżeczka cukru

Buraki obieramy i kroimy w plasterki. Wlewamy do garnka 5 litrów wody, grzejemy aż do wrzenia, czekamy aż woda ostygnie a następnie wrzucamy listki laurowe, ziarenka ziela angielskiego, szczyptę soli i łyżeczką cukru. Obieramy czosnek i wyciskamy przez praszkę, potem dodajemy do całości i mieszamy. Buraki zalewamy wywarem z warzyw i kisimy przez 2-3 tygodnie, mieszając od czasu do czasu drewnianą łyżką.

Mama Ola, Wiktoria, Oskar

DRUŻYNA: ŚWIĄTECZNA SAŁATKA ZDROWIA – klasa 4A

sałatka jarzynowa

porcja dla 10 osób

Składniki:

- 8 ugotowanych ziemniaków
- ugotowana marchewka
- kukurydza z puszki
- groszek zielony z puszki
- 5 ogórków kiszonych
- 4 ugotowane na twardo jajka
- 1 cebula
- 1 jabłko
- średni słoik majonezu
- sól, pieprz

Przygotowanie: Warzywa obieramy, kroimy w drobną kostkę, wrzucamy do miski, dodajemy sól, pieprz, majonez. Mieszamy i gotowe! Smacznego!

Mama Asia, Julia, Tymon, Karolina

DRUŻYNA PASZTECIARKI – klasa 4a

paszteciki z pieczarkami

15 szt.

Składniki:

Ciasto:

- 450 g mąki
- 20 g drożdży
- 150 ml ciepłego mleka
- 80 g miękkiego masła
- 1 łyżeczka cukru
- 1/2 łyżeczki soli

Farsz:

- 0,5 kg pieczarek
- 1 cebula
- 3-4 ząbki czosnku
- 1 łyżka natki pietruszki
- 2 roztrzepane jajka – jedno do farszu drugie do posmarowania pasztecików
- 1 łyżka bułki tartej
- sól, pieprz, kminek

Mama Kasia, Maks, Jakub, Weronika, Paweł

DRUŻYNA ŚLEDZIKI W ŚMIETANIE – klasa 4b

Porcja dla 4 osób

Składniki:

- 4 filety matias
- 1 jabłko
- 1 cebula
- 3 ogórki kiszane
- 200g śmietana 18%
- 3 łyżki majonezu
- pieprz
- sól

Przygotowanie: Filety namaczamy w wodzie na ok. 30min. Jabłko kroimy w kostkę. Cebulę obieramy i także kroimy w kostkę. Ogórki w kostkę też. Matiasy kroimy w większą kostkę. Całość mieszamy w misce. Podajemy z ziemniakami lub pieczywem.

Mama Ania, Mieszko, Jakub, Krystian

DRUŻYNA TRZY PIEROGI – klasa 4b

pierogi z kapustą i grzybami

10 szt., 2h

Składniki:

Ciasto:

- 500 g mąki pszennej
- pół łyżki soli
- 4 łyżki oleju
- szklanka gorącej wody

Farsz:

- 500 g kapusty kiszonej
- 100 g suszonych grzybów
- 1 cebula
- 1 marchewka
- 1 pietruszka
- sól i pieprz

Przygotowanie: kapustę siekamy na desce, przekładamy do garnka i dusimy w wodzie do miękkości. Grzyby zalewamy wrzątkiem na około 30 min, następnie odcedzamy, siekamy i dodajemy do kapusty. Dalej dusimy. Dodajemy obrane i pokrojone marchewkę i pietruszkę, sól i pieprz. Gotowy farsz przekładamy na sitko i odcedzamy. Wystudzony farsz mielimy. Do mąki dodajemy gorącą wodę, olej i sól. Ciasto zagniatamy aż będzie miękkie i elastyczne. Następnie dzielimy je na 3 porcje. Na stolnicę oprószoną mąką przekładamy porcję ciasta i cienko rozwałkowujemy. Z ciasta za pomocą szklanki wykrawamy kółka. Na środek kółka z ciastem nakładamy łyżeczkę farszu i sklejemy krawędzie ciasta. Do dużego garnka wlewamy wodę, solimy i zagotowujemy. Do wrzącej wody wrzucamy po kilka pierogów i gotujemy 3-4 min od momentu, gdy wypłyną na powierzchnię. Wykładamy pierogi łyżką cedzakową na talerz. Gotowe! Smacznego!

Mama Karolina, Igor, Adam

DRUŻYNA KASZUBSKA JARZYNKA – 4b

sałatka jarzynowa

porcja dla 13 osób

Składniki:

- jabłko
- połowa ugotowanego selera
- 6 ugotowanych ziemniaków
- 2 ugotowane korzenie pietruszki
- 3 ugotowane jajka
- 4 ogórki kiszone
- słoik marchewki z groszkiem
- 3 łyżki majonezu
- 1 łyżka musztardy
- sól i pieprz

Przygotowanie: Ziemniaki, jajko, seler, pietruszkę, seler i jabłko pokrój w kostkę i wrzuć do miski. Groszek i marchewkę odcedź i daj do miski. Wmieszaj musztardę i majonez, dopraw solą i pieprzem. Smacznego życzy kuchnia kaszubska. Sałatka smakuje najlepiej po nocy w lodówce.

Mama Natalia, Piotr, Nina

DRUŻYNA MISTRZOWIE KUTII – klasa 4b

porcja dla 4 osób

Składniki:

- szklanka makronu pełnoziarnistego
- szklanka masy makowej
- 4 łyżki miodu
- kilka kropel aromatu migdałowego
- garść suszonym śliwek
- garść orzechów włoskich
- garść daktyli
- garść rodzynek

Przygotowanie: makaron ugotuj w lekko osolonej wodzie. Masę makową wymieszaj z miodem, aromatem i posiekanymi bakaliami. Dodaj makaron i delikatnie wymieszaj. Przed podaniem kutię schłódź w lodówce. Wierzch możesz udekorować dodatkowo bakaliami

Mama Bogusia, Wojtek, Zuzia

DRUŻYNA SUSZU MISTRZOWIE – klasa 4b

kompot z suszu

Składniki:

- suszone owoce śliwek, jabłek, gruszek
- 2 stołowe łyżki miodu pszczelego

Przygotowanie: Do garnka wlewamy 5l wody. Następnie dodajemy po 200 g suszonych owoców. Całość gotujemy na wolnym ogniu około godziny. Po zagotowaniu dodajemy 5 ziarenek goździków i miód. Podajemy w eleganckich dzbankach, przelewając do nich odcedzony wywar.

Tata Grzegorz, Łucja, Marta