

Zajęcia kulinarne w gr. IV

Najpierw oczywiście należało zadbać o higienę rąk, później odnaleźć w naszym warzywnym kąciku warzywa, o które prosiła ciocia, a następnie umyć je. Potem trzeba było porwać sałatę na małe kawałki i wrzucić do miski. W tym czasie ciocie kroїły inne składniki. Kto skończył rwać swój liść, przychodził po kolejne warzywa i dokładał do miski. Na koniec ciocia Asia doprawiła sałatkę solą i pieprzem, dolaliśmy oliwy, a dyżurny wszystko razem dokładnie wymieszał. Pozostało nam około pół godziny do obiadu, więc uporządkowaliśmy nasze miejsce pracy i zdążyliśmy się nauczyć piosenki pt. "Jarzynowy wóz". Tymczasem smaki w naszej sałatce się połączyły i chętne dzieci dostały ją jako dodatek do drugiego dania. Smakowała wyśmienicie z udkiem kurczaka i ziemniaczkami.

Wspólne przyrządzanie sałatki dało przedszkolakom wiele satysfakcji. Niektórzy przełamali swój opór przed jedzeniem warzyw, a jeszcze inni zapewniali, że poproszą mamy, aby zrobiły taką sałatkę w domu.

Nasz posiłek przygotowaliśmy z:

- główki sałaty,
- czerwonej papryki,
- ogórka,
- czerwonej cebuli,
- dwóch cieniutkich porów,
- pęczka rzodkiewki,
- kilku pomidorków papryczkowych.

Ponadto użyliśmy oliwy z oliwek, soli i pieprzu. Można też wzbogacić smak sałatki octem winnym lub sokiem z cytryny.

Zachęcamy do rodzinnych eksperymentów kulinarnych - dzieci świetnie sobie radzą i na pewno chętnie wezmą udział we wspólnym przygotowywaniu potraw!