

RODINNÝ RECEPT



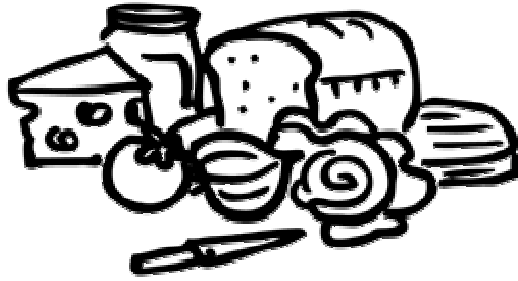
obľúbené rodinné recepty
zobierané v rámci projektu

FAREBNÁ KUCHYŇA

financovanom Ministerstvom školstva SR

február 2008

Ministerstvo školstva SR vyhlásilo
projekt
*„Elektronizácia a revitalizácia
zariadení školského stravovania
2007“.*



V rámci výzvy MŠ SR bolo predložených 1 126 projektov z celej Slovenskej republiky. Z tohto počtu bolo vybraných 72 projektov. Medzi vybranými je aj projekt, ktorý podávala naša škola. Naša škola sa prihlásila do programu projektom „ FAREBNÁ KUCHYŇA “.

Projekt bol financovaný z dotácie MŠ SR vo výške 79 000,- Sk.
Projekt bol realizovaný od 1. 10. 2007 do 29. 2. 2008 .

Zameranie projektu :

- J modernizácia strojového vybavenia s cieľom uľahčiť a zjednodušiť prácu zamestnancom
- J zlepšenie pracovných podmienok
- J skvalitnenie činnosti a prevádzky školského stravovania
- J skultúrnenie priestorov jedálne
- J zvýšenie úrovne stravovania, vyššia atraktivita
- J zvýšenie počtu stravníkov
- J zapojenie verejnosti do problematiky stravovania



Mamina dobrota

Potrebuje:

Bravčové karé ,syr eidam ,sol' ,čierne mleté korenie ,olej ,vegeta ,slepačí bujón-vývar.

Postup:

Bravčové karé nakrájame na pláty ,naklepeme osolíme ,okoreníme a opečieme z obidvoch strán .Opečené pláty mäsa poukladáme na plech ,a zalejeme vývarom .Dáme do vyhriatej rúry zapiecť .Mäso máme mäkké .Na mäso nastrúhame veľa syru .Podávame s varenými zemiakmi a kyslou oblohou .Je to naše rodinné obľúbené jedlo.

Magdalénka Zemaniková 3.trieda

Jemná nátierka syra NIVA

Potrebuje:

100 g masla

60 g tvarohu

160g syr NIVA

1,5 dcl sladkej smotany

Postup:

Maslo vymiešame , pridáme tvaroh a syr , trošku soli , a pridáme zľahka vymiešanú smotanu.

Mária Šimlovičová 3.trieda

Tvarohová nátierka s mrkvou

Potrebuje:

250g tvarohu

100g masla

2ks vajcia

150g mrkvy

1ks cibuľa alebo viazanička pažítky

Postup:

Tvaroh, maslo, sol' a posekanú cibuľu do hladka vymiešame. Vajcia uvaríme na tvrdo, a pokrájame ich na malé kocky. Primiešame ich k tvarohu. Mrkvu očistíme , postrúhame a zmiešame s tvarohovou masou .Nátierku podávame s tmavým pečivom.

Michaela Melišiková 9.trieda

Syrová nátierka

Potrebuje:

125g masla
3ks lunexu
1polievková lyžica horčice
malá cibuľka , petržlenová vňať ,
200g diétnej salámy
1 čajová lyžička vegety

Postup:

Salám nakrájame na drobné rezance, a všetky potraviny zmiešame dokopy .

Matej Kozáčik 1.trieda

Treska

Potrebuje:

250g tvarohu
1ks mrkva – postrúhať
1-2 ks cibule- na drobno nakrájať
1 lyžička horčice
1 lyžička vegety
4ks uvarené vajcia na tvrdo – postrúhať
3 kyslé uhorky – nakrájať

Postup:

Všetko zmiešať a pridať 1 ks majolku

Katka Dubinová 4.trieda

Plnený chlieb

Z chleba (najlepšie okrúhly) odkrojíme vrch asi do $\frac{3}{4}$ a vydlabeme. Chlieb položíme na suchý plech , a vydlabanú striedku uložíme okolo chleba. Na masti opečieme pokrúpanú slaninku. Masťou pokvapkáme vydlabaný chlieb aj striedku. V miske si pripravíme : tavený syr , pochúťkovú smotanu , zaváraný hrášok , kukuricu , opečenú slaninku , vegetu , trochu červenej papriky ,2 strúčiky cesnaku , čierne korenie. Všetko spolu zmiešame a naplníme chleba. Prikryjeme odkrojeným vrchnákom, potrieme masťou a dáme piecť do rúry asi 15 min. pri teplote 200 stupňov.

Marek Dovina 1.trieda

Zapekané cestoviny

Potrebuje:

500g cestovín - uvarených
300g mrazenej zeleniny – uvarená
200g šunkovej salámy – pokrájanej na malá kocky
250g sladkej smotany
3 vajcia
200g postrúhaného syra
soľ, oregano

Postup:

Do vymasteného pekáča dáme polovicu cestovín , pridáme zeleninu , salám, a zvyšok cestovín . V smotane rozšľaháme vajcia , pridáme soľ, oregano a zmes vylejeme na cestovinu.

Dáme piecť . Pred dopečením celý povrch posypeme postrúhaným syrom.

Milan Bednár 6.trieda

Nátierka so sóje

Potrebuje :

200g sóje- uvarená a pomletá
2 pol. lyžice syr eidam - postrúhaný
2 pol .lyžice Ramy
1 ks cibuľa nadrobno pokrájaná
1 ks kyslá uhorka nadrobno nakrájaná
1 čajová lyžička pochúťkovej smotany
soľ, horčica

Postup:

Všetko dobre premiešame , ak je nátierka veľmi hustá pridáme smotanu.
Nátierku podávame na hriankach.

Michal Ondreička 7.trieda

Zemiaky po Ondreičkovsky

Potrebuje:

zemiaky
soľ , mletá paprika , rasca , masť,
slanina nakrájaná na kocky

Postup:

Očistené zemiaky pokrájame na štvrtky a uložíme ne vymastený plech.
Zemiaky osolíme , posypeme slaninou , mletou paprikou , a rascou . Pečieme vo vyhriatej rúre.

Denisa Ondreičková 6.trieda

Zemiakové rožteky

Potrebuje:

- 400 g polohrubej múky
- 200 g uvarených pretlačených zemiakov
- 250 g palmarinu
- 1 vajce
- 1 prášok do pečiva
- 2 pol. lyžice práškového cukru
- 4 pol. lyžice sladkej smotany

Postup:

Všetko zmiešame , vyvalkáme na tenšie cesto , nakrájame na pásiky , naplníme plnkou makovou, orechovou , lekvárovou , stočíme do tvaru rožteka. Potrieme vajcom a upečieme.

p. Melišiková

Pekný tvarohový koláč

Cesto:

- 250 g polohrubej múky
- 150 g práškového cukru
- 1 klatý klas
- 100 ml oleja
- 3 žĺtky
- 1 vajce

Tvarohový krém :

- 500 g tvarohu
- 500 ml mlieka
- 1 vanilkového cukru
- 150 g práškového cukru
- 1 klatý klas
- 100 ml oleja
- 3 žĺtky
- 1 vajce

Postup:

Múku zmiešame s práškom do pečiva pridáme maslo a rozšľahané vajce so žĺtkom. Vypracujeme cesto , rovnomerne ho roztláčime na vymastený a pomúčený plech , a dáme zapieť. Mlieko , tvaroh , a ostatné suroviny zmiešame, dáme do mixéra, a rozšľaháme na hladký krém . Natrieme ho na zapečené cesto ,a znova dáme pieť. Keď krém stuhne natrieme naň sneh zo 4 bielkov a 4 lyžíc cukru .Pečieme ešte 8-10 minút.

Anetka Kuflíková 1.trieda

Jahodový zákusok

Cesto:

6 vajec- žĺtky vymiešať s 300 g práškového cukru

4 poliev .lyžice rozmixovaných jahôd

300g polohrubej múky

1/2prášku do pečiva

sneh z bielkov

Plnka:

4dl rozmixovaných jahôd

1 zlatý klas

200 g cukru – uvariť puding

Postup:

Vychladnutý puding vymiešať s 1 ks masla .

Na vychladnuté cesto dať plnku a poukladať polovice jahôd. Na vrch postrúhať čokoládu, a ozdobiť šľahačkou .

Erik Jurák 1.trieda

Jablková štrúdl'a

Potrebujeme:

lístkové cesto, jablká, vanilkový a kryštálový cukor, mletá škorica, strúhanka

Postup:

Vyvaľkáme cesto, posypeme strúhankou , pridáme postrúhané jablká, posypeme vanilkovým a kryštálovým cukrom, škoricom. Štrúdl'u zatočíme , potrieme vajcom, a dáme piecť.

Filip Rehora 4.trieda

Dusené kuracie mäso

Kuracie rezne nakrájame na kúsky, ktoré posolíme, posypeme mletou rascou , a pokvapkáme olejom s horčicou. Necháme 1/2hod.odstáť na chladnom mieste. Potom jednotlivé kúsky obalíme v hladkej múke a prudko opečieme na oleji v panvičke. Vyberieme mäso a vo výpeku opečieme pokrúpanú cibuľu a prelisovaný cesnak. Pridáme opečené kuracie kúsky, podlejeme vývarom a spolu udušíme do mäkka. Hotové mäso dochutíme vegetou a zahustíme hladkou múkou. Podávame so zeleninovou prílohou a ryžou.

Erik Jurák 1.trieda

RAFAELO

Potrebujeme:

250 g práškového cukru
100 g pomletých ovsených vločiek
1 vanilkový cukor
100 ml vody
250 g CERA
200 g sušeného mlieka
200 g strúhaného kokosu
opražené a olúpané lieskové orechy

Postup:

V rozpustenom a vychladnutom tuku rozmiešame cukor -práškový a vanilkový, a pomleté ovsené vločky. Pridáme teplú vodu, sušené mlieko, kokos, dobre spracujeme a odložíme na chladné miesto. Zo stuhnutej hmoty formujeme guľky, do každej vložíme lieskový orech, obalíme ju v kokose a vložíme do papierového košíčka.

p. Svoradová

Perníková bábovka od Perníkovej babičky

Potrebujeme:

150g práškového cukru
150g hladkej múky
3 vajcia (z bielkov sneh)
1 prášok do perníka
1 vanilkový cukor
2 ČL škorice
2 PL medu
1dcl vody
1 dcl oleja.

Postup:

Všetko zmiešame, dáme do vymastenej a vysypanej formy a pečieme pri 180 stupňoch asi 35minút.

Kto vyskúša , každý povie , že je dobrá. Po určitom čase jedení bábovky uvidíte Janka a Marienku.

Magdalénka Zemaníková 3.trieda

Bryndzová nátierka

Potrebuje:

200g bryndze
200g masla
1 cibuľka
mletá červená paprika, pažítka

Postup:

Bryndzu vymiešame s malom, pridáme papriku, nasekanú cibuľku. Všetko dobre premiešame a posypeme pažítkou.

Michal Ondreička 7.trieda

Jablkové batôžky

Potrebuje:

1 ks lístkové cesto
10 ks jablák
1 ks žltok
2-3 ks škoricového cukru
práškový cukor
hladká múka
olej

Postup:

Na pomúčenej doske cesto rozvalkáme na 0,5 cm hrúbku. Radielkom ho pokrájame na 6 x 6 cm štvorce. Jablká očistíme a pokrájame na rovnaké kúsky. Každé jablko obalíme v škoricovom cukre, a uložíme na štvorček. Rohy pospájame do tvaru batôžkov a ukladáme na vymastený plech. Povrch koláčikov potrieme rozmiešaným žltkom a dáme ich do vyhriatej rúry upiecť do zlatista. Vychladnuté batôžky posypeme práškovým cukrom.

MŠ

TOFU nátierka

Potrebuje:

250g bieleho tofu
1 ks droždie
majoránka, soľ, cesnak, cibuľa, olej

Postup:

Nakrájanú cibuľu opražíme na oleji do ružova, pridáme droždie a nastrúhané tofu. Všetko dobre premiešame a dochutíme majoránkou, osolíme, a pridáme cesnak.

Michal Ondreička 7.tr.

DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ

prezentácia desiatových
nátierok zo školskej
jedálne
11. december 2007
v Spoločenskom dome v
Kočovciach



Sardinková nátierka

Potrebuje:

1 ks sardinky v oleji
1ks maslo
1ks cibuľa nakrájaná na kocky, soľ, horčica.

Postup:

Všetky potraviny vymiešame , a natrieme na chlieb .Ozdobíme zeleninou.

Nátierka z treščeí pečene

Potrebuje:

1 ks treščia pečeň
1ks maslo
1ks nakrájaná cibuľa na kocky
soľ, citrónová šťava.

Postup:

Všetky potraviny spolu vymiešame , a natierame na tmavý chlieb. Ozdobíme čerstvou zeleninou.

Nátierka syrová s cibuľkou

Potrebuje:

1 ks maslo
100g tavený syr

1 ks cibuľa nadrobno nakrájaná

Postup:

Maslo vymiešame so syrom, a pridáme cibuľku

Nátierka vajíčková

Potrebejeme:

1 ks maslo

2 ks vajcia na tvrdo uvarené

1 ks cibuľa na drobno nakrájaná

soľ, horčica.

Postup: Postrúhané vajíčka vymiešame s maslom, pridáme horčicu a podľa chuti osolíme.

Nátierka tvarohová s kôprom

Potrebuje:

100g tvarohu

1ks maslo

1 ks cibuľa na drobno nakrájaná

soľ, kôpor .

Postup:

Tvaroh vymiešame s maslom, pridáme cibuľu, soľ a kôpor.

Nátierka šunková

Potrebuje:

100 g šunky na drobno nakrájanej

1 ks maslo

1ks cibuľa na drobno

nakrájaná

soľ, horčica.

Postup:

Suroviny spolu
zmiešame, a natrieme na
chlieb a posypeme
pažitkou.



ĎAKUJEME SPONZOROM

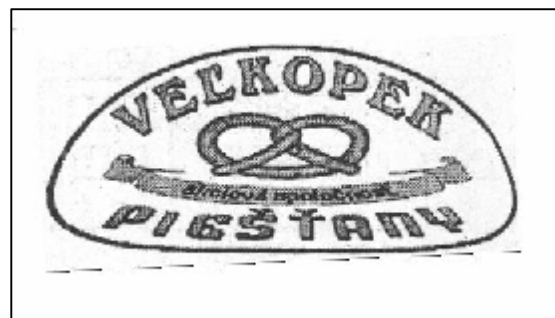
✓ za možnosť realizovať projekt

Ministerstvo školstva Slovenskej republiky



✓ za poskytnuté potraviny a materiál k príprave Dňa otvorených dverí

p. Brtáň - Piešťany - Veľkosklad ovocia a zeleniny



Vyšlo v náklade 200 kusov