

Książka kucharska



Paula Klatt
Bożena Rużycka

Warszawa 2020

WSTĘP

POZIOMY TRUDNOŚCI W PRZYGOTOWANIU POTRAW



ŁATWE

Sam dasz radę przygotować potrawę.



ŚREDNIE

Potrzebujesz pomocy osoby dorosłej w części zadań, żeby przygotować potrawę.



TRUDNE

Osoba dorosła powinna Ci pomagać, przy przygotowaniu tej potrawy.

SPIS TREŚCI

WSTĘP	1
POZIOMY TRUDNOŚCI W PRZYGOTOWANIU POTRAW	1
DESERY	3
Gofry z bitą śmietaną i dodatkami	5
Ciasteczka cynamonowe z żurawiną	9
Biskwit z owocami i bitą śmietaną	13
Murzynek.....	18
ZUPY	25
Chłodnik ogórkowy.....	27
Dania z makaronu i ryżu	26
Makaron z truskawkami i serkiem waniliowym	28
Dania mięsne	23
Dania rybne	24
Dania z ziemniaków	25
Dania Wegetariańskie	26
Potrawy Wigilijne	27
Potrawy Wielkanocne	28
Babka Wielkanocna	30
Pizza	31

deser



DESERY



Gofry z bitą śmietaną i dodatkami



ŚREDNIE

Potrzebujesz pomocy osoby dorosłej w części zadań, żeby przygotować potrawę.

Potrzebne składniki:

- 2 szklanki mleka
- 2 szklanki mąki
- 2 jajka
- 1/3 szklanki oleju do masy
- 1/4 szklanki oleju do wysmarowania gofrownicy
- 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 1/2 łyżeczki cukru wanilinowego
- 1 śmietana kremówka 36% 500ml
- 2 śmietan-fix
- 1/2 szklanki cukru pudru
- owoce do dekoracji (np. brzoskwinie w puszcze)

wsypać do miski



Jajka rozbić i oddzielić żółtko od białka do dwóch różnych misek.

Do żółtka wsypać: mąkę, olej, mleko, proszek do pieczenia, cukier wanilinowy

mikser



Zmiksować wszystkie składniki do uzyskania jednolitej, gładkiej masy.

Białka z drugiej miski ubić na sztywną pianę.

mieszać



Ubitą pianę przełożyć do miski z wcześniej zmiksowanymi składnikami.

Całość delikatnie wymieszać łyżką do połączenia się wszystkich składników.

pieczenie



Przy tej pracy będzie Ci potrzebna pomoc osoby dorosłej.

Rozgrzaną gofrownicę smarujemy pędzelkiem zamoczonym w oleju. Potem nalewamy ciasto do gofrownicy.

Gofry będą gotowe kiedy przybiorą kolor lekko brązowy. Dalej gofry należy odłożyć do ostygnięcia.

mikser



W głębokim naczyniu musimy zmiksować ze sobą: śmietanę kremówkę, 3 duże łyżki cukru pudru i 2 torebki śmietan-fix.

Ubijamy na sztywną masę. **Trzeba pamiętać, żeby nie miksować za długo bo śmietana może się zważyć!**

dekoracje



Owoce wyjąć z puszki i odsączyć na sitku. Przy pomocy osoby dorosłej kroimy je w kostkę.

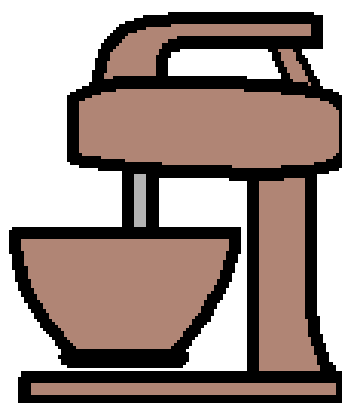
Ubitą śmietanę nałożyć łyżką na gofry i udekorować owocami.



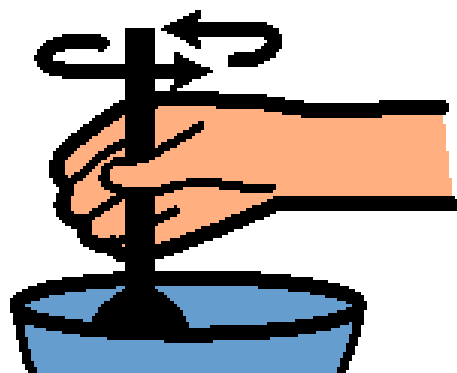
wsypać do miski



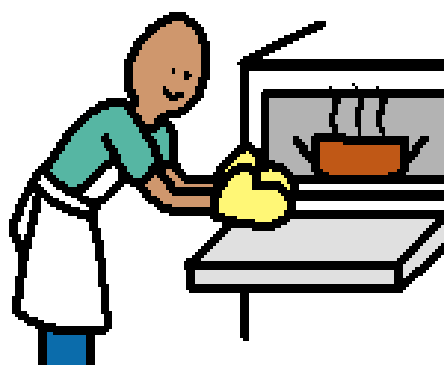
mikser



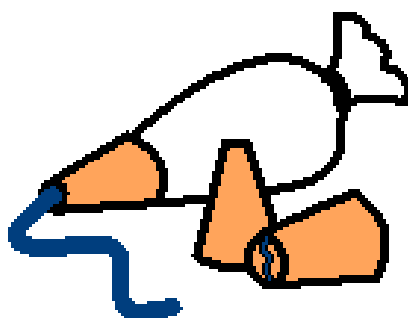
mieszać



pieczenie



dekoracje





Ciasteczka cynamonowe z żurawiną



ŚREDNIE

Potrzebujesz pomocy osoby dorosłej w części zadań, żeby przygotować potrawę.

Potrzebne składniki:

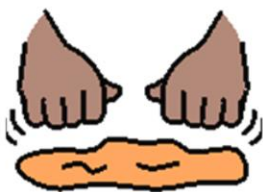
- 3/4 szklanki mąki pszennej
- 1/2 masła roślinnego
- 1/2 szklanki cukru pudru
- 1 łyżka cynamonu
- szczypta soli
- 1 żółtko
- 1/2 szklanki suszonej żurawiny
- 4 łyżki cukru
- 1 łyżeczka cynamonu

wsypać do miski



Do miski wsypujemy: mąkę, masło, cukier puder, cynamon, sól oraz żółtko.

ugnieść



Składniki w misce zagniatamy rękoma aż do połączenia się wszystkiego w jedną masę.

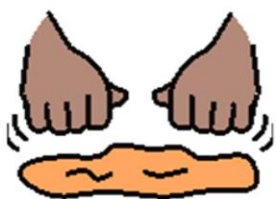
mieszać



Do zagniecionego ciasta dodajemy żurawinę. Wszystko razem łączymy. W oddzielnej miseczce mieszamy 4 łyżki cukru z 1 łyżeczką cynamonu.

Tak przygotowane ciasto dzielimy na kilka porcji, z których formujemy małe kuleczki.

ugnieść



Mieszanekę cukru i cynamonu wysypujemy na talerzyk. Gotową kulkę obtaczamy w mieszaninie cukru i cynamonu. Lekko dociskamy, aby powstało spłaszczone ciastko.

Odstawiamy na 1 godzinę do lodówki.

pieczenie



Przy tej pracy będzie Ci potrzebna pomoc osoby dorosłej.

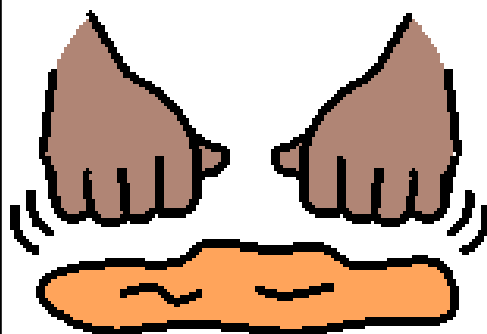
Ciasteczka kładziemy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Tak przygotowane ciasteczka wstawiamy do nagrzanego piekarnika do 180°C i pieczemy przez 20 minut (do momentu aż ciastka nabiorą złotobrazowego koloru).



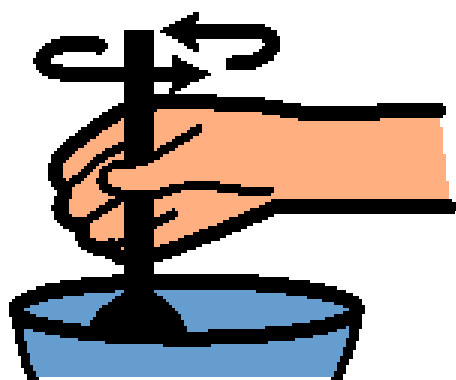
wsypać do miski



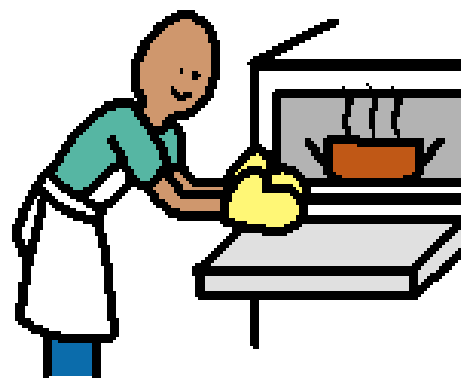
ugnieść



mieszać



pieczenie





Biskwit z owocami i bitą śmietaną



ŚREDNIE

Potrzebujesz pomocy osoby dorosłej w części zadań, żeby przygotować potrawę.

Potrzebne składniki:

- 1/2 szklanki mąki pszennej
- 2 jajka
- 1/2 szklanki białego cukru
- 1 śmietana kremówka 36% 500ml
- 2 śmietan-fix
- 1/2 szklanki cukru pudru
- owoce do dekoracji (np. banan, mandarynki, rodzynki)

mikser



Do miski wsypujemy cukier i jajka. Miksujemy składniki do uzyskania lekkiej piany.

mieszać



Następnie do masy dodajemy mąkę. Wszystkie składniki mieszamy razem do uzyskania jednolitej, gładkiej masy.

koło



Na papierze do pieczenia rysujemy koła o średnicy 12-15cm. Będzie potrzebnych 8-9 takich okręgów. Do tego zadania dobrze sprawdzi się mały talerzyk lub spodeczek, który będziecie mogli samodzielnie obrysować ołówkiem na papierze. Papier układamy na blaszce.

łyżka



Na tak przygotowane okręgi wylewamy łyżką gotową masę. **Trzeba pamiętać, żeby nie nałożyć za dużo, bo wtedy biszkopty będą za grube i trudno będzie je zgiąć!**

pieczenie



Przy tej pracy będzie Ci potrzebna pomoc osoby dorosłej.

Tak przygotowane biszkopty wstawiamy do nagrzanego piekarnika do 180°C i pieczemy od 5 do 8 minut (do momentu aż biszkopty nabiorą złotego koloru).

woda



Upieczone biszkopty zdejmujemy z blaszki i odwracamy na drugą stronę układając dalej na papierze do pieczenia. Ściereczkę, która będzie na tyle duża aby zakryć wszystkie nasze biszkopty, moczymy w zimnej wodzie i przykrywamy ciasto żeby ostygło, ale nie wyschło. Kiedy biszkopty nie będą już gorące możemy zacząć je dekorować.

mikser



W głębokim naczyniu musimy zmiksować ze sobą: śmietaną kremówkę, 3 duże łyżki cukru pudru i 2 torebki śmietan-fix.

Ubijamy na sztywną masę. **Trzeba pamiętać, żeby nie miksować za długo bo śmietana może się zważyć!**

dekoracje



Owoce przy pomocy osoby dorosłej obieramy i kroimy w kostkę.

Za pomocą szprycy lub łyżeczki nakładamy pasek bitej śmietany na środku ostudzonego biszkoptu. Następnie kładziemy kilka owoców (około 3 kawałki) na śmietanę. Nakładamy drugą warstwę śmietany na owoce, tak by boki biszkoptu też były nią posmarowane. Biszkopt zginamy na pół.

Trzeba pamiętać, żeby śmietana nie wypłynęła!

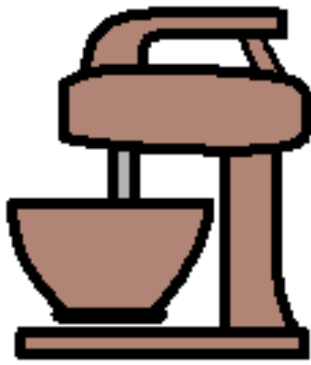
dekoracje



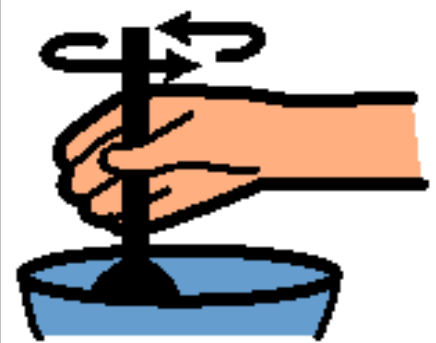
Czekamy dłuższą chwilę, żeby boki przykleiły się do śmietany i dekorujemy pozostałymi owocami. Tak robimy z każdym z biszkoptów. Na sam koniec możemy gotowe już Biskwity posypać cukrem pudrem.



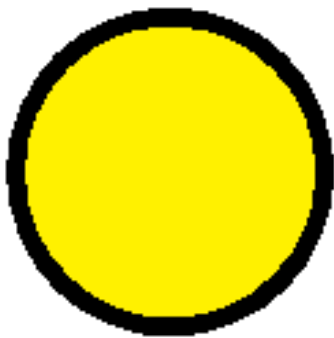
mikser



mieszać



koło



łyżka



pieczenie



woda



dekoracje



Murzynek



ŚREDNIE

Potrzebujesz pomocy osoby dorosłej w części zadań, żeby przygotować potrawę.

Potrzebne składniki ciasto:

- 2 szklanki cukru
- 1 kostka masła
- 1 cukier wanilinowy
- 5 jaj (osobno żółtko, z białek ubić pianę)
- 2 szklanki mąki
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 10 łyżeczek kakao
- 0,5 szklanki wody
- orzechy

Potrzebne składniki polewa:

- ½ kostki masła
- 1 szklanka cukru
- 3 łyżki wody
- 3 łyżki kakao



Cukier, cukier wanilinowy, kakao wsypać do garnka. Dodać wodę, kostkę masła i zagotować na małym ogniu ciągle mieszając. Odstawić do ostygnięcia.



W czasie kiedy masa stygnie przygotować orzechy- posiekać drobno.

mikser



Do zimnej masy czekoladowej wsypać mąkę z proszkiem do pieczenia. Wbić żółtka. Wszystko razem zmiksować na gładką masę.

ubijać



Białka ubijamy na sztywną pianę.

mieszać



Do masy czekoladowej wsypujemy połowę przygotowanych wcześniej orzechów i pianę z białek. Wszystko dokładnie mieszamy razem łyżką (nie mikserem!).

pieczenie



Nagrzewamy piekarnik do 180 stopni. Blachę o wymiarach 24cm x 28cm wykładamy papierem do pieczenia i wlewamy naszą czekoladową masę. Ciasto pieczemy w nagrzanym piekarniku ok. 45min w temperaturze 160-180 stopni

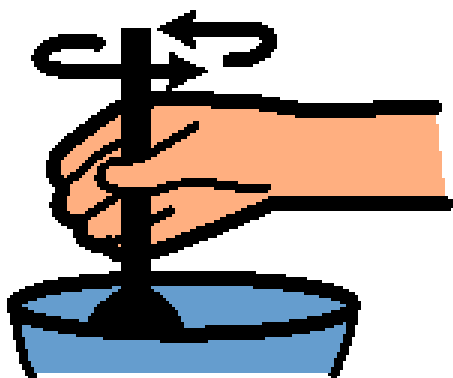
gotować



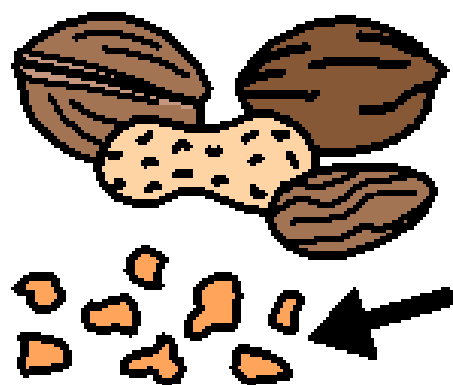
Polewa: Do garnka wysypujemy cukier i kakao. Dodajemy masło i wodę. Podgrzewamy na małym ogniu ciągle mieszając aż do połączenia się wszystkich składników. Po upieczeniu ciasto lekko ostudzić, wylać na nie polewę i posypać pozostałymi orzechami



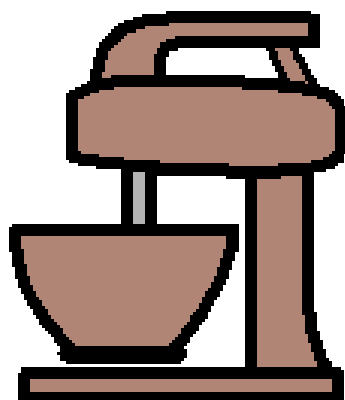
mieszać



siekane orzechy



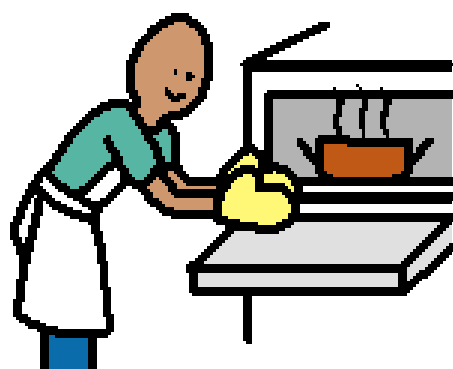
mikser



ubijać



pieczenie



gotować



zupa



ZUPY



Chłodnik ogórkowy



ŁATWE

Sam dasz radę przygotować potrawę.

Potrzebne składniki:

- 6-8 ogórków gruntowych
- duży kubek jogurtu naturalnego
- szklanka kefiru
- ząbek czosnku/ 0,5 łyżeczki czosnku granulowanego
- pół pęczka koperku drobno posiekanego
- 2 łyżki drobno posiekanego szczypiorku
- pół łyżeczki soku z cytryny
- sól morska i pieprz czarny do smaku
- rzodkiewka do dekoracji

trzeć na tarce



Ogórki obieramy i ścieramy na tarce o dużych oczkach.

mieszać



Starte ogórki przedkładamy do miski i dodajemy czosnek, sól i pieprz, kefir i oraz jogurt naturalny. Mieszamy.

mieszać



Odkładamy do dekoracji po pół łyżeczki i koperku i szczypiorku. Resztę dodajemy do miski i mieszamy.

lodówka



Miskę odstawiamy na godzinę do lodówki.

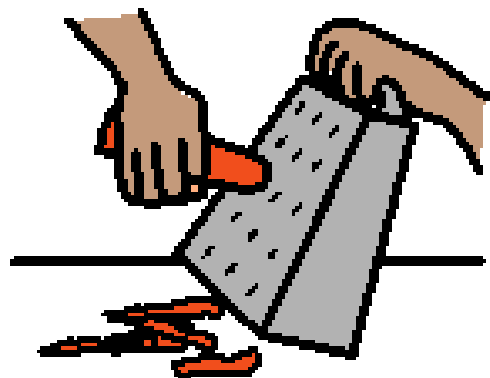
dekoracje



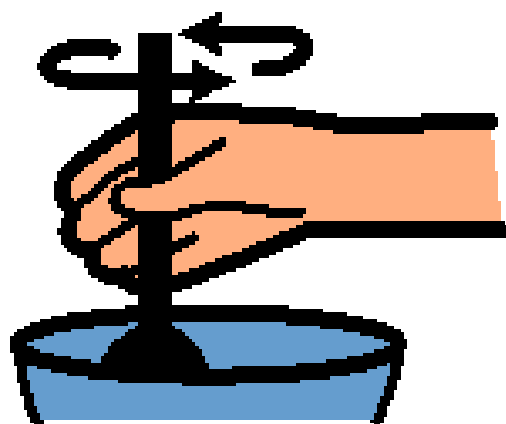
Gotowy chłodnik dekorujemy koperkiem i szczypiorkiem oraz rzodkiewką.



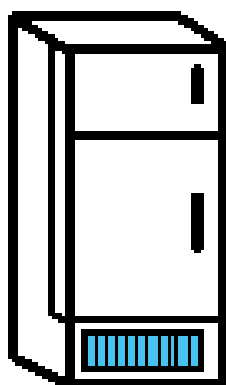
trzeć na tarce



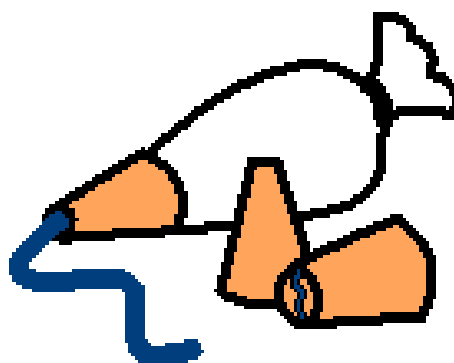
mieszać



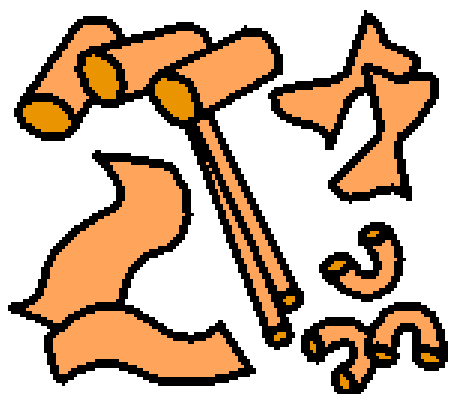
lodówka



dekoracje



makaron



ryż



Dania z makaronu i ryżu



Makaron z truskawkami i serem waniliowym



ŁATWE

Sam dasz radę przygotować potrawę.

Potrzebne składniki:

- 200g makaronu świderki
- 500 g umytych i obranych truskawek
- 200g sera waniliowego

gotować



Makaron gotujemy w lekko osolonej wodzie, odcedzamy. Ugotowany makaron przekładamy na talerz.

miksować



Umyte truskawki wkładamy do miski. Odkładamy do dekoracji kilka truskawek ok. 2-3 sztuki. Resztę miksujemy na gładką masę.

dekoracje



Przygotowanym sosem truskawkowym polewamy makaron i dodajemy serek waniliowy. Dekorujemy pozostałymi truskawkami.



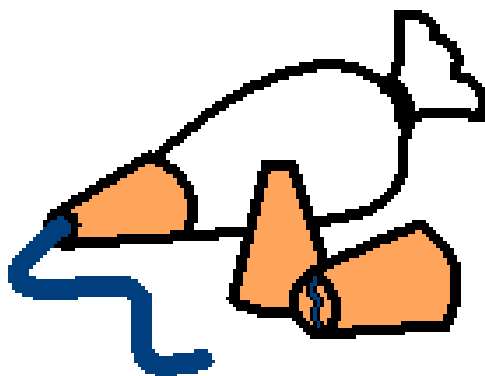
gotować



miksować



dekoracje



mięso



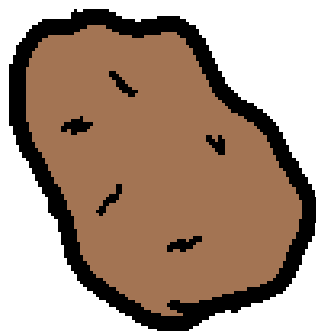
Dania mięsne

RYBA

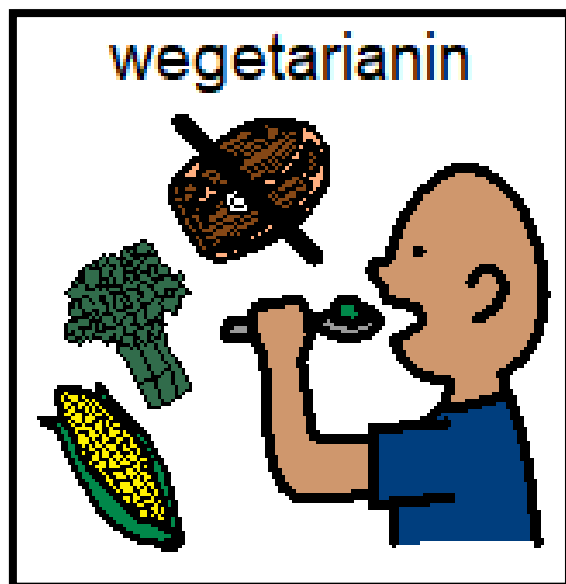


Dania rybne

ziemniak



Dania z ziemniaków

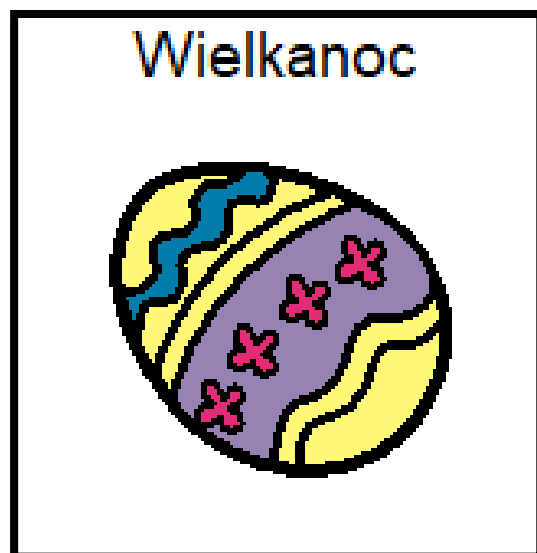


Dania

Wegetariańskie



Potrawy Wigilijne



Potrawy Wielkanocne

Babka Wielkanocna



ŚREDNIE

Potrzebujesz pomocy osoby dorosłej w części zadań, żeby przygotować potrawę.

Potrzebne składniki ciasto:

- 4 jaja
- 1 szklanka cukru
- 1 cukier wanilinowy
- 1 szklanka mąki pszennej
- 1/2 szklanki mąki ziemniaczanej
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 1 margaryna
- 1 łyżka bułki tartej do posypania formy
- 1 łyżka masła do wysmarowania formy

mikser



Jaja zmiksować z cukrem i cukrem wanilinowym na puszystą masę.

gotować



Margarynę wrzucamy do rondelka i podgrzewamy na małym ogniu, od czasu do czasu mieszając, aby cały tłuszcz się rozpuścił.

mikser



Mąkę pszenną, ziemniaczaną i proszek do pieczenia mieszamy razem. Dodajemy do przygotowanych wcześniej jajek i miksujemy. Pod koniec ubijania dodajemy wrzącą margarynę i ponownie miksujemy.

pieczenie



Ciasto wlać do wysmarowanej masłem i wysypanej bułką tartą formy. Wstawić do nagrzanego (temperatura 200 * C) piekarnika. Po zapieczeniu (ok. 10 min.) zmniejszyć temperaturę do (ok. 180 * C) i piec przez około 45 minut.

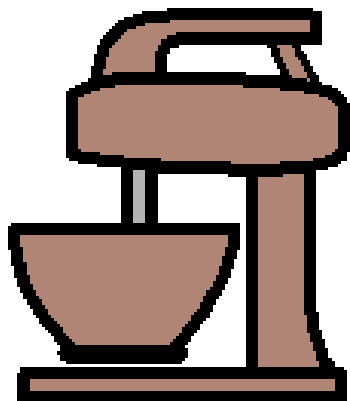
dekoracje



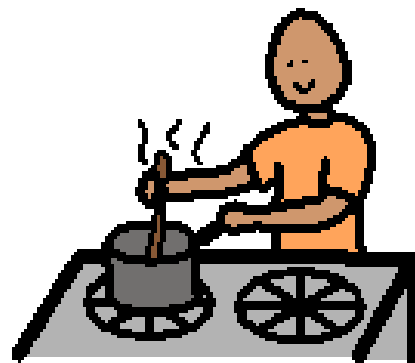
Po wystudzeniu posypujemy cukrem pudrem, polewamy lukrem lub czekoladą .



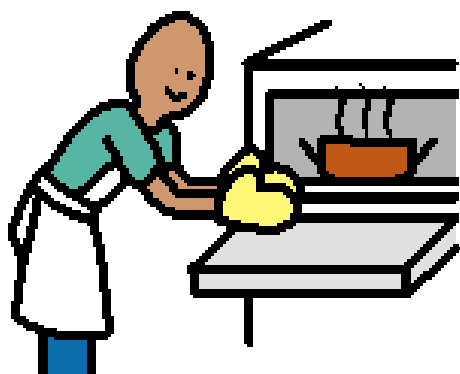
mikser



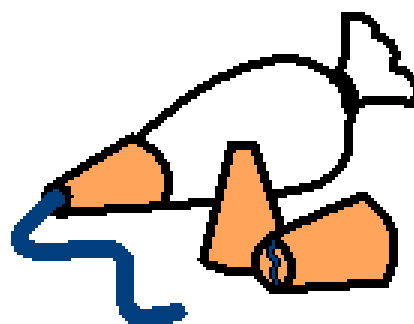
gotować



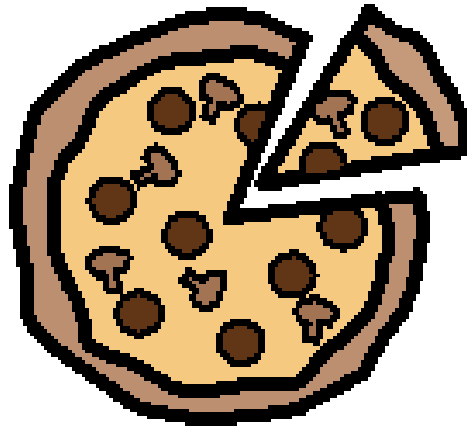
pieczenie



dekoracje



pizza



Pizza