

**Cele mai gustoase rețete
de Mai, de la micii și
pricepuții bucătari din
palat**

*PROGRAMUL INTERNAȚIONAL ECOȘCOALA
PALATUL COPILOR SUCEAVA*

Alesia Fodor face o pâiniță cu semințe, delicioasă
Rețeta, așa cum a fost prezentată de către Alesia și surioara ei, Clara:
-apă, 1 ou, ulei, semințe, sare, multă făină, încă niște făină și drojdie. Se
pun în mașina de pâine și se așteaptă să se facă...



Pofta buna!!!

Ioana Chirilă ne propune un smoothie de fructe cu fulgi de ovăz și lapte delicios.



Riana Croitoru ne încântă cu turtițe "ca la mama 😊"

Rețeta turte: 300 ml lapte, 2 oua, 50 gr unt, 1 lg sare, 2lg zahăr, 550 gr făina și un plic drojdie. Se dizolvă drojdia în trei linguri lapte, se adaugă făina și zahăr... se lasă zece minute apoi se adaugă ouăle, untul, restul de lapte, sarea și făina cernută. Se face un aluat nu foarte tare, se frământă câteva minute apoi se lasă la crescut o oră. Se fac turtițe simple sau umplute cu brânza, carne, ciuperci și sunt tare gustoase. 👍



Iannis Sorohan ne propune 2 rețete delicioase:

Salată de castraveți și roșii

Ingrediente: 5 castraveți, 3 roșii mari 1/2 legătură ceapă, ulei, oțet, sare. Mod
preparare: 1 bucata copil năzdrăvan “bălăcește” bine toate legumele sub jet de apă, le usucă puțin și apoi le taie la dimensiuni mari să termine repede (ajutat de mami bineînțeles) și le pune în castron, după care adaugă uleiul, oțetul și sarea după gust și amesteca de le da și pe blat.

POFTA BUNA! 🙌😊



Căpșuni cu smântână

Ingrediente: 1 kg căpșuni, 200gr smântână 20%, 5 linguri rase zahăr.

Mod preparare: același copil năzdrăvan spală bine căpșunile sub jet de apă, le lasă la scurs, le taie mărunț sau le toacă la blender, adaugă zahărul și lasă puțin să se pătrundă după care adaugă smântâna și amestecă bine. Pofta buna!

Sebastian Polonic prepară o salată proaspătă cu spanac

Spanac, salata , suc de lămâie și portocala și sare



Bianca Nunu ne răsfată cu clătite



Eliza Rățoi pregătește și ea o pâiniță



Vă urăm poftă bună!

Și vă invităm să urmăriți rețetele în filmulețele
realizate de către copilași