***Готовим вместе***

***(кулинарные рецепты)***

**Готовьте вместе с ребёнком, и тогда он…**

* Почувствует себя полезным: ему доверили взрослое дело.
* Познакомится на практике с понятием времени и причинно-следственными связями, расширит представления о формах, цветах, вкусах и запахах, разовьёт мелкую моторику и фантазию.
* Будет есть с аппетитом: то, что приготовил сам, вкуснее. Это особенно актуально для малоежек.
* Станет самостоятельнее. Учите готовить с малых лет, и когда ребёнку будет 8, уже можно не бояться, что он останется один дома голодным.
* Будет ближе к вам. Во время готовки вы почувствуете себя одной командой.

**Как заинтересовать ребёнка**

* Прежде всего, будьте терпеливы и не ругайте малыша, иначе он больше не захочет готовить. Когда в очередной раз что-то прольётся или просыплется, успокаивайте себя мыслью: чем дольше ребёнок учится готовить, тем аккуратнее он становится и меньше сорит на кухне.
* Хвалите малыша. И не просто так, а за дело: ровно нарезал, красиво разложил. Детям особенно приятно, когда блюдо хвалит папа. Организовывайте с малышом и званые ужины, чтобы он показал кулинарные навыки гостям.

***Кулинарные рецепты***

***Пальмы***



1. Приготовить фрукты.



2. Фрукты почистить, нарезать и выложить рисунок.



3. Десерт Пальмы готов! Приятного аппетита!

**Детский бутерброд "Рыбки"**

 С Хлеба срезать корочки. Хлеб намазать тонким слоем сливочного масла. Затем выложить зернистый творог и равномерно распределить.

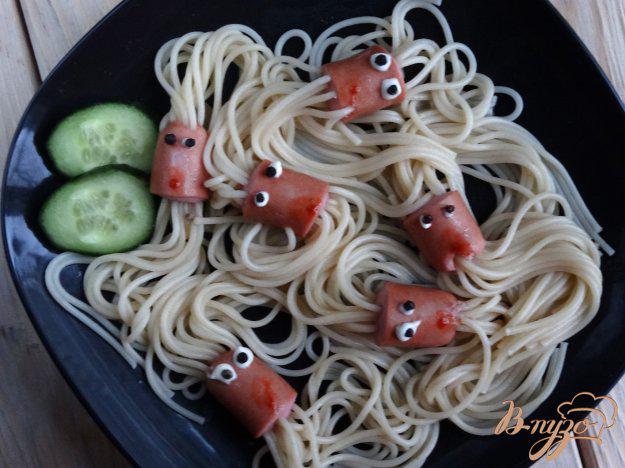


Огурец очистить, огурец и редиску нарезать тонкими кружочкам. Поочередно выложить ряд огурцом, ряд редиски, снова огурцы и снова редиска. Чешуя готова!



Нарезав зеленый лук, сделать плавники и бульбашки. Подавать веселый бутерброд, приятного аппетита!

***Детское блюдо Осьминожки***





Сосиски - 5-6 шт.

Спагетти - 50-60 г

Вода - 1,5 л

Масло сливочное - 10 г

Соль - 3 щепотки

Майонез - для украшения

**Пицца детская**



Ингредиенты для «Пицца детская»

**Тесто**

* [**Мука пшеничная**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/2339/)/ [**Мука**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1156/)— 2.5 стак.
* [**Сахар**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1601/)(Без горки) — 1 ст. л.
* [**Соль**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1681/)(Без горки) — 0.5 ч. л.
* [**Дрожжи**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/559/)(Сухие Саф Момент) — 6 г
* [**Яйцо куриное**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/3562/)— 1 шт
* [**Масло растительное**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/1067/)— 2 ст. л.
* [**Вода**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/351/)(Теплая (40 град.)) — 1 стак.

**Начинка**

* [**Кетчуп**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/786/)— 4 ст. л.
* [**Сосиска**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/2710/)— 4 шт
* [**Сыр твердый**](https://www.povarenok.ru/recipes/ingredient/2273/)— 200 г

**Время приготовления:** 100 минут

***Украшаем вместе с детьми мороженое.***









## Молочный коктейль с киви и клубничным сиропом

Ингредиенты:

* киви – 1 шт,
* клубничный сироп – 2 столовые ложки,
* молоко – 1 стакан.

Один киви необходимо очистить, разрезать на маленькие кусочки, положить в чашу блендера. После этого влить туда неполный стакан молока, а затем добавить две столовые ложки клубничного сиропа. Полученную смесь хорошо взбить.

 **Детский коктейль «Старик Хоттабыч»**

* стакан кефира (он должен быть охлажденным),
* пару столовых ложек ягодного сиропа или варенья,
* 1 столовую ложку тертого черного шоколада,
* немного молотой корицы (на кончике ножа).

Способ приготовления крайне прост: все составляющие необходимо взбить и перелить в бокал. Сверху можно посыпать тертым шоколадом, а бокал украсить половинкой клубники.

## Молочно-морковный коктейль для детей

Для того, чтобы сделать напиток, необходимо:

* 200 миллилитров морковного сока,
* стакан молока,
* две-три чайные ложки меда,
* 1 столовая ложка сока лимона.

Морковь необходимо хорошо вымыть, очистить и отжать сок при помощи соковыжималки. Перелить морковный сок в чашу блендера. Добавить туда лимонный сок, молоко и мед. Все взбить, при желании добавить кубики льда

***Приятного аппетита!***