

Пять блюд, которые легко приготовить вместе с ребенком



Творог с ягодами



Творог с ягодами

С приготовлением такого завтрака справится даже трехлетний малыш.

Вам понадобится:

- творог – 1 пачка
- сметана – 2 ст. ложки
- ягоды (любые) – 100 г

Как приготовить:

Вы: моете и нарезаете ягоды, подготавливаете творог и сметану.

Ребенок: все творчески смешивает.

Вместе: по желанию в блюдо можно добавить немного сахара.

Ленивые вареники



Катать колбаски, перемазавшись в муке — это невероятно весело, ага, так и запишите. Приготовьте с ребенком ленивые вареники, и вам больше не придется уговаривать его съесть этот белый, холодный, но такой полезный творог.

Вам понадобится:

- творог – 2 пачки
- яйцо (крупное) – 1 шт.

- мука пшеничная – 3-4 ст. ложки (с горкой) в тесто + для панировки
- сахар, соль – по вкусу

Как приготовить:

Вы: сделайте тесто для вареников, вмешав творог, яйцо, муку, сахар и соль. Возьмите доску, посыпьте ее мукой.

Ребенок: может скатать из теста несколько колбасок и весь перемазаться.

Вы: нарежьте колбаски на кружочки.

Ребенок: с удовольствием запанирует каждый кусочек в муке и совсем немного просыплет на пол.

Вы: опустите вареники в кипящую подсоленную воду и варите 1-2 минуты (как всплывут — готовы).

Вместе: подавайте вареники со сметаной, джемом или сливочным маслом.

Каша с сухофруктами



Далеко не все малыши с удовольствием едят кашу. Военная хитрость: предложите ребенку поучаствовать в ее приготовлении и положить в нее столько сухофруктов, сколько он хочет, он и не вспомнит, что когда-то отказывался ее есть.

Вам понадобится:

- геркулес – ½ стакана
- вода – ½ стакана
- молоко – ½ стакана
- сухофрукты – по вкусу
- соль, сахар – по вкусу

Как приготовить:

Ребенок: выбирает, какие сухофрукты и в каком количестве он хочет видеть в своей каше. С вашей помощью тщательно моет их.

Вы: соединяете в кастрюле молоко и воду, ставите на огонь, доводите до кипения, всыпаете геркулес и добавляете сухофрукты.

Вместе: варите кашу, постоянно помешивая, 8-10 минут. При желании положите соль и сахар.

Горячие бутерброды



Горячие бутерброды — сытный и вкусный завтрак, который можно съесть вместе или, к огромному удовольствию юного кулинара, вместо каши.

Вам понадобится:

- хлеб (белый или зерновой) – 2 ломтика
- сыр твердый – 2 кусочка
- колбаса «Докторская» – 2 кусочка
- помидор – 4 ломтика
- масло сливочное или кетчуп – по вкусу

Как приготовить:

Вы: подготовьте продукты и выложите их на тарелку или разделочную доску.

Ребенок: может сделать бутерброд из того, что ему хочется, например: намазать хлеб маслом или кетчупом, выложить колбасу, ломтики помидора и сыр.

Вместе: поставьте бутерброды в микроволновку на 1 минуту.

Сосиски в тесте



Дети обожают возиться с тестом, оно их почему-то завораживает. А от слова «сосиски» многие из них начинают безудержно хихикать. Сосиски в тесте — это двойной удар! Уверены, такого количества позитива на вашей кухне еще не было.

Вам понадобится:

- тесто слоеное (покупное) – 1 упаковка
- сосиски «Детские» – 10 шт.
- яйцо – 1 шт.
- масло растительное для смазывания противня

Как приготовить:

Вы: разморозьте и раскатайте тесто, нарежьте его на небольшие квадраты.

Ребенок: малышу доверяется самая важная часть процесса — он должен аккуратно завернуть сосиски в квадратики из теста.

Вы: возьмите яйцо, отделите белок от желтка. Белком смажьте края изделий, плотно прижимая, чтобы не развернулись. Желток немного взбейте.

Ребенок: наверняка с энтузиазмом возьмется за «покраску» изделий взбитым желтком.

Вместе: противень слегка смажьте растительным маслом, выложите на него сосиски в тесте и выпекайте до готовности в разогретой до 200 градусов духовке.