

Космическая яичница



Вам понадобится:

- яйцо — 1 шт.
- сыр — 1–2 ломтика
- огурец — 1 шт.
- томаты черри — 2–3 шт.
- кетчуп и кусочек черного хлеба для украшения

Обычные продукты и немного фантазии — и космическая яичница на завтрак готова!

Шаг 1

При помощи формы или ножа вырежьте из сыра звезду.



Шаг 2

Пожарьте яичницу-глазунью на разогретой сковороде с небольшим количеством масла. Чтобы она приобрела ровную круглую форму, используйте кулинарное металлическое кольцо. Если у вас нет формы, пожарьте глазунью и вырежьте из нее форму круга ножом.



Шаг 3

Сделайте ракету из огурца и томатов, вырезав все детали. Оставшиеся томаты разрежьте пополам.



Шаг 4

Выложите все составляющие блюда на тарелку: ракету из овощей, глазунью, звезду и планеты из томатов. Украсьте яичницу кетчупом и кусочками хлеба, чтобы получилась планета с кольцом, глазками и ртом.



Бутерброды-инопланетяне!



Вам понадобится:

- 4 куска ржаного хлеба
- 100 г мягкого творога
- 1 небольшая морковь
- 1 веточка петрушки
- 1 веточка базилика
- 1 ст. л. томатного соуса
- соль
- ломтики сыра, маслины, оливки, помидоры черри и зелень для украшения

ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шаг 1

Вырежьте формочками для печенья из хлеба любые фигурки: треугольники, кружки, цветочки, зайчиков.

Шаг 2

Морковь натрите на мелкой терке, петрушку и базилик измельчите.

Шаг 3

Творог разделите на 2 части, к одной подмешайте томатный соус и базилик, к другой – морковь и петрушку, посолите по вкусу.

Шаг 4

Намажьте один ломтик хлеба томатной начинкой, сверху положите второй ломтик, намажьте его морковной начинкой. Украсьте фигурками из сыра (их также можно вырезать формочками), «глазками» из маслин или оливок, «ротиками» из помидоров черри и зеленью.

Космические ежики



Вам понадобится:

- пшено отварное - 1 стакан
- рис длинный отварной - 1/4 стакана
- морковь - 1 шт.
- соль - по вкусу
- растительное масло - 1 ст. л.

Для начинки, по вашему выбору:

- грецкие орехи очищенные - 100 г *или*
- смесь кураги, чернослива и изюма - 100 г

ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шаг 1

Полезное блюдо для маленьких "нехочух". Сварить пшенную кашу из расчета 1:2. Остудить. Нам потребуется 1 стакан.

Шаг 2

Поджарить морковь на растительном масле. Соединить пшенную кашу и обжаренную морковь, посолить по вкусу.

Шаг 3

В чаше блендера перемолоть смесь каши и моркови. Получатся мягкая, ароматная и пластичная масса.

Шаг 4

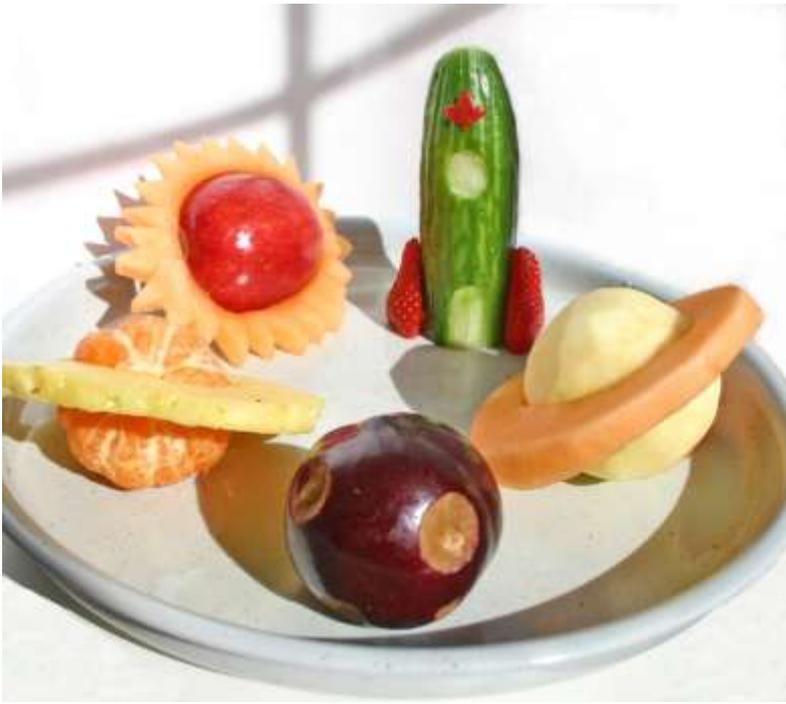
На порционный кусочек массы кладем грецкий орех (предварительно вымыв и подсушив его на сковороде). Далее формируем шарики, легонько покатывая их в ладошках. В качестве начинки можно использовать измельченную смесь изюма, кураги и чернослива.

Шаг 5

Вот такой шарик получился. Берем отваренный длинный рис, делаем ежику иголки, отправляем в пароварку на 5 минут. Подаем горячими! Это сытно и вкусно, а также весело, особенно, если привлекать деток к приготовлению! Приятного аппетита!

Примеры для вашего творчества!







Приятного вам аппетита!!!