**Kuchciki gotują w domu.**  
W imieniu wszystkich opiekunów Koła Kulinarnego „Kuchcik”, działającego w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym im. A. Karłowicz w Pułtusku witam serdecznie wychowanków naszej Placówki.



Znajdujemy się w nowej sytuacji ze względu na panującą epidemię koronawirusa. Na pewno posiadacie dużo informacji dotyczących zasad funkcjonowania w życiu codziennym. Pamiętajcie o myciu rąk po każdej czynności jaką wykonujecie w ciągu dnia, jak  
 i o maseczkach, które musimy wszyscy zakładać na twarz. Prosimy Was słuchajcie rodziców i przestrzegajcie podstawowych zasad higieny.



Wszyscy uczycie się w innej formie, nie spotykamy się w szkole i nie możemy bezpośrednio ze sobą porozmawiać. Korzystamy z metody on-line. Jako opiekunowie koła kulinarnego pragniemy abyście w dalszym ciągu rozwijali swoje zainteresowania i pasje kulinarne. Zachęcamy do wyszukiwania ciekawych przepisów kulinarnych. Poniżej zamieszczamy kilka linków do strony internetowej i prosimy o skorzystanie z zamieszczonych tam przepisów.  
https://aniagotuje.pl/  
<https://www.doradcasmaku.pl/przepisy>  
https://www.kuchnia-domowa.pl/  
https://www.mojegotowanie.pl/  
Zachęcamy do gotowania w domu wraz z najbliższymi członkami rodziny. Pamiętajcie  
 o podstawowych zasadach bezpieczeństwa i higieny na stanowisku pracy. Jeżeli potraficie zrobić coś samodzielnie to super, ale gdy pojawią się trudności poproście o pomoc osobę dorosłą.  
Polecamy kilka prostych przepisów na śniadanie, obiad i kolację.   
**Na śniadanie polecamy kanapki z masłem, sałatą, wędliną, serem, ogórkiem  
 i pomidorem.**



**Na obiad polecamy spaghetti po bolońsku**.



**Składniki:**

* 500 g makaronu spaghetti,
* ok. 350 g mielonego mięsa drobiowego,
* 1 puszka pokrojonych pomidorów w zalewie z ziołami,
* 1 cebula,
* 4 pieczarki,
* Olej,
* ok. 100 g startego sera (parmezanu),
* sól, pieprz, tymianek, oregano.

**Przygotowanie:**  
Cebulę obierz, drobno posiekaj, podsmaż na rozgrzanym oleju. Pieczarki umyj, obierz, zetrzyj na tarce i dodaj do cebuli. Włóż mięso. Chwilę razem podsmaż. Dodaj pomidory wraz   
z zalewą. Podduś ok. 20 minut, aż sos nieco się zagęści. Dopraw do smaku solą, pieprzem oraz ziołami (jeżeli sos wyszedł za gęsty dolej wody i dodaj łyżkę przecieru pomidorowego).  
Makaron ugotuj w osolonym wrzątku (po dodaniu łyżki oleju, makaron nie będzie się kleił), odcedź. Wyłóż na talerze, polej sosem i posyp serem. Pamiętasz jak przygotowaliśmy je  
 w szkole. SMACZNEGO.  
 **Na kolację polecamy naleśniki na słodko.**



## Składniki: -1 szklanka mąki, -1 szklanka wody niegazowanej, -1 szklanka mleka, 1 łyżka oleju, -1 jajko, -szczypta soli. Farsz: - 30 dkg serka homogenizowanego, - 2 łyżeczki cukru, -1/2 pomarańczy lub inne owoce które lubisz.

Do miski wsyp mąkę, dodaj mleko, wodę, jajko, olej oraz sól i dokładnie mieszaj żeby nie powstały grudki. Na rozgrzaną patelnię wlej odrobinę oleju, wylej ok. 50 ml ciasta na środek patelni. Szybkim okrężnym ruchem rozprowadź ciasto i smaż naleśniki ok. 1-2 minuty   
z każdej strony. Czynność powtarzaj aż usmażysz wszystkie naleśniki. Gdy naleśniki są usmażone, połącz serek z cukrem i owocami. Na środku naleśnika połóż 2 łyżki nadzienia  
 i zwiń go rulonik. Gotowe naleśniki podajemy z resztą nadzienia, owocami oraz posypane cukrem pudrem. SMACZNEGO.   
Pamiętajcie o regularnym spożywaniu posiłków w których nie zabraknie warzyw i owoców.   
Życzymy sukcesów, dobrej rodzinnej atmosfery i ciekawych inspiracji kulinarnych.

Pozdrawiamy, opiekunowie Koła Kulinarnego „Kuchcik”.