



# Детское меню недели от поварёнка Кузи

## Творожное печенье

### Ингредиенты:

2 порции

- Творог 5% 250 граммов
- Сахар
- Мука 250 граммов
- Масло сливочное 100 граммов

### Приготовление:

Творог выложить в глубокую посуду, добавить в него размягченное сливочное масло. Миксером размешать до однородной консистенции. Муку просеять и понемногу добавлять в творожную массу. Замесить гладкое, не липнущее к рукам тесто. В зависимости от консистенции творога, может понадобится больше или меньше муки. Поставить тесто в холодильник на 2 часа. После того как тесто охладилось, в тарелку насыпать сахар, из теста сделать небольшие круглые тонкие лепешки, можно с помощью стакана. Лепешки обвалять в сахаре, свернуть пополам, сахарной стороной вовнутрь. Опять одну сторону обвалять в сахаре и сложить сахарной стороной вовнутрь. Теперь обвалять с обеих сторон. Если вы готовите печенье для ребенка до трех лет, можно не использовать сахар вовсе, или обвалять тесто в сахаре только один раз.

Выложить на противень, застеленный пергаментом. Духовку разогреть до 200 градусов духовку, печенье выпекать 20 минут.

**Совет:** для ребенка до 3 лет такое печенье можно делать и без сахара.





# Детское меню недели от поварёнка Кузи

## Рыбный омлет

### Ингредиенты:

1 порция

- Молоко 50 миллиграммов
- Соль
- Масло сливочное 0.5 столовой ложки
- Крупа манная 1 чайная ложка
- Яйцо 1 штука
- Треска (филе) 70 граммов
- Морковь, натертая на мелкой терке 0.5 штуки

### Приготовление:

Яйцо, молоко, соль соедините, и перемешайте (но не взбивайте!), добавьте натертую морковь, еще раз перемешайте. Рыбку нарежьте на маленькие кусочки, уложите их в форму для запекания, смазанную сливочным маслом и присыпанную манкой, залейте яично-морковной смесью и поставьте в заранее разогретую до 180° С духовку. Выпекайте 20 - 25 минут. Готовый омлет немного остудите.





# Детское меню недели от поварёнка Кузи

## Каша «Дружба» с рисом и пшеном

### Ингредиенты:

3 порции

- Молоко 500 миллилитров
- Пшено 50 граммов
- Рис 50 граммов
- Соль и сахар

### Приготовление:

Пшено промойте пару раз, замочите на ночь. Рис промойте утром (если готовите кашу на завтрак). В кастрюлю налейте немного минеральной воды и доведите до кипения, затем влейте молоко. Сначала готовьте на среднем огне, а когда молоко закипит, добавьте крупы, соль и перемешайте. Как только каша закипит, убавьте огонь до минимального и через несколько минут прикройте крышкой. В общей сложности после закипания молока с крупой нужно варить кашу 7 - 10 минут. После этого выключите плиту и дайте каше потомиться еще минут 10 - 15. Приятного аппетита!





# Детское меню недели от поварёнка Кузи

## Картофельные пирожки с мясом

### Ингредиенты:

1 порция

- Молоко 50 миллилитров
- Соль
- Сухари молотые 1 чайная ложка
- Масло сливочное 0.5 чайной ложки
- Картофель 2 штуки
- Яйцо 1 штука
- Луковица 0.1 штуки
- Классический биотворог «Тёма» 1 столовая ложка
- Куриное филе или телятина 50 граммов

### Приготовление:

Тщательно помойте картофель. Прямо в кожуре запеките его в духовке или сварите на пару. Отчистите кожуру и протрите готовый картофель через сито. Можете воспользоваться блендером. Добавьте к картофелю яичный желток, горячее молоко, соль, сухари, половину столовой ложки растопленного масла и взбитый в пену яичный белок. Все перемешайте.

Для приготовления фарша мясо нарежьте маленькими кусочками, посолите, потушите в небольшом количестве растительного масла с мелко нарезанным луком, затем подлейте немного воды и тушите до мягкости в закрытой посуде. Готовое мясо измельчите на мясорубке или при помощи блендера.

Из картофельной массы сделайте круглые тонкие лепешки. На середину каждой положите фарш. Соедините края лепешек и придайте овальную форму. Обваляйте в сухарях. Затем выложите в форму для запекания и выпекайте до готовности 20-25 минут, периодически переворачивайте «пирожки», чтобы они пропеклись равномерно.





# Детское меню недели от поварёнка Кузи

## Картофельные цеппелины с мясом

### Ингредиенты:

3 порции

- Лук 10 граммов
- Баночка мясного пюре «Тёма» из говядины 1 штука
- Очищенный картофель 350 граммов

### Приготовление:

Натрите лук на мелкой терке и смешайте с мясным пюре.

1/3 картофеля отварите до готовности, а оставшийся натрите на мелкой терке. Тертый картофель отожмите, выложив в застеленную несколькими слоями марли миску, не выливая сок (когда через несколько секунд осядет крахмал, нужно вернуть его обратно к картофелю, чтобы клецки склеились). В миске соедините тертый и отваренный размятый в пюре горячий картофель и тщательно перемешайте.

В кастрюле доведите воду до кипения, слегка ее подсолите. Разделите картофельное тесто на несколько равных частей. Берите каждую часть теста, лепите сначала лепешку, в центр кладите мясо и скрепляйте так, чтобы начинку не было видно.

Опустите приготовленные цеппелины в кипящую воду и варите 20-25 минут. При варке они должны свободно плавать.

Приятного аппетита!

