

ГОТОВИМ ВМЕСТЕ

ВЕСЁЛЫЙ ГОРШОЧЕК



капуста белокочанная - 200 г картофель - 1 шт. морковь - 1 шт. лук репчатый - 1/2 головки корень петрушки - 1 шт. горошек зеленый свежий или замороженный - 4 ст. ложки помидоры - 2 шт. масло сливочное - 1 ст. ложка бульон мясной или отвар овощной - 700 г соль, лавровый лист - по вкусу сметана - 4 ст. ложки зелень укропа рубленая - 2 ст. ложки

Капусту нашинкуйте соломкой. Картофель нарежьте кубиками. Помидоры ошпарьте и, сняв кожицу, нарежьте дольками. Морковь, лук и корень петрушки нарежьте тонкой соломкой и слегка обжарьте на масле, чтобы оно окрасилось в оранжевый цвет. В кипящий бульон положите капусту и картофель, варите 5 минут. Добавьте обжаренные овощи, зеленый горошек, соль и лавровый лист. За 5 минут до готовности шей положите помидоры. При подаче посыпьте щи зеленью и заправьте сметаной.

мякоть говядины или баранины - 150 г, баклажан - 1 шт., перец сладкий - 1 шт., помидоры - 1 шт., фасоль стручковая - 100 г картофель - 2 шт., морковь - 1 шт., лук зеленый - 4 пера, масло растительное - 1 ст. ложка, чеснок - 1 зубчик, перец черный молотый, соль по вкусу, зелень укропа или петрушки.

Мясо и картофель нарежьте кубиками, баклажан и морковь — кружочками, помидоры — дольками, сладкий перец и фасоль — кусочками. Зеленый лук нашинкуйте, чеснок мелко порубите.

В глиняные горшочки налейте масло и уложите слоями мясо, картофель, лук, морковь, баклажаны, сладкий перец и фасоль. Залейте водой так, чтобы продукты были едва покрыты, посолите, поперчите и тушите в духовке 1–1/2 часа. Затем добавьте чеснок и дайте постоять 15 минут.

ДЕСЕРТ "ДЕТСКИЙ"



яблоко - 1 шт. груша - 1 шт. банан - 1 шт. киви - 1 шт. апельсин - 1 шт. йогурт фруктовый - 2 ст. ложки

Фрукты нарежьте кубиками, перемешайте, заправьте йогуртом. По желанию добавьте немного сахара.

ЗАЙКИНЫ ШИ

