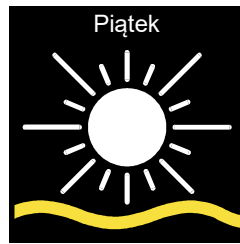


28.01.2022 Piątek



Zajęcia rozwijające kreatywność

Temat: Surówka z marchewki i jabłka

Dzisiaj proponuję abyście przygotowali surówkę z jabłka i marchewki.
Będzie to doskonały dodatek do obiadu.

Pamiętaj, aby dokładnie wymyć ręce przed rozpoczęciem pracy!

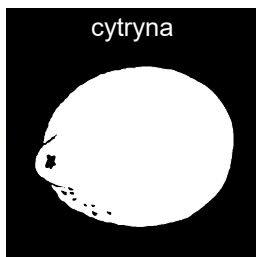
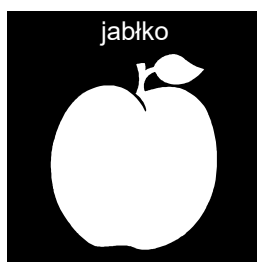


Przygotuj następujące składniki:





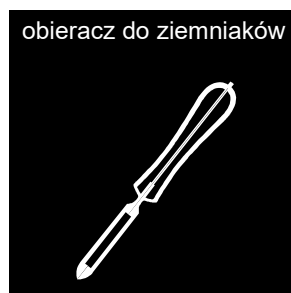
CE

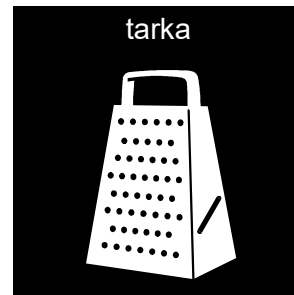
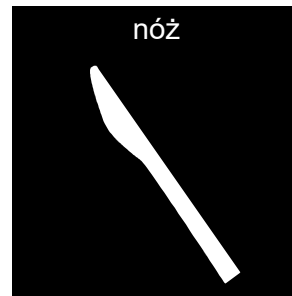


Do wykonania surówki potrzebne będą także:



CE



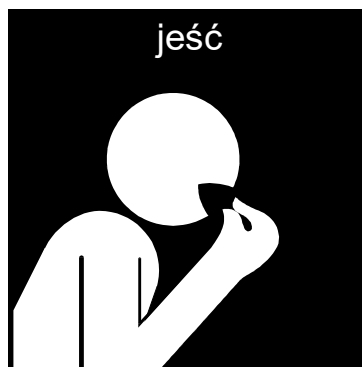


Umyj proszę dokładnie marchewkę, jabłko oraz cytrynę.

1. Obierz proszę marchewkę obieraczką- odkrój zielone końcówki.
2. Jabłko przekrój na cztery części i wykrój gniazda nasienne- możesz je także obrać ze skórki.
3. Cytrynę przekrój na pół.
4. Zetrzyj do miski na tarce marchewkę oraz jabłko.
5. Do smaku dodaj troszkę soku z cytryny, wymieszaj składniki.

Pamiętaj aby po skończonej pracy wymyć naczynia.

A teraz zaproś rodzinę na degustację. Życzę smacznego!



Opracowała: Agnieszka Ryniak- Urbanowska