



РЕЦЕПТЫ ДЕТСКИХ БЛЮД

ЗАКУСКИ



НОВОГОДНИЕ РЕЦЕПТЫ

РЕЦЕПТЫ



НОВОГОДНИЕ ЕЛОЧКИ

Ингредиенты:

- 5 круглых листов лаваша;
- 150 г крем-чиза;
- 10 ломтиков слабосоленой семги;
- пучок укропа.

Приготовление:

- Листы лаваша разрезаем на треугольники
- Каждый кусочек смазываем крем-чизом,
- Сверху присыпаем мелко нарезанной семгой и присыпаем укропом (хвоей)
- При желании «новогодние елки» можно украсить гранатовыми зернами, сладким горошком или молочной кукурузой.



Бутерброды «Звездочки»

- Хлеб
- Сливочный сыр или масло
- Паштет (любой)
- Ягоды и зелень для украшения

Приготовление:

- Вырезать из хлеба звездочки
- Намазать маслом или сливочным сыром
- Сверху выложить паштет (лучше это делать в форме)
- Украсить по желанию

Примечание:

- Для украшения печеночного паштета подойдут ягоды из варенья
- Для украшения мясного паштета – кислый огурец (мелко нарезать)



Школа Кроха

Мухоморчики

Ингредиенты:

- Яйца куриные или перепелиные
- Помидоры некрупные (для перепелиных яиц – черри)
- Соломка (для ножки)
- Зелень
- Сметана

Способ приготовления:

- Отварить яйца
- Из помидор сделать шляпки
- Соединить яйцо, шляпку, воткнуть ножку
- Нарисовать сметаной точки
- Присыпать зеленью



Рулеты из лаваша

Ингредиенты:

- Лаваш армянский — 1-2 шт
- Сыр сливочный — 1 ст.л
- Салат — 1 лист
- Капуста белокочанная
- Морковь
- Помидор — 1 шт
- Ветчина — 2 ломтика
- Куриная грудка

Способ приготовления:

- Куриную грудку отварить. Понадобится совсем чуть чуть.
- Капусту и морковь мелко шинковать или натереть на терку.
- Отрезать 2-3 небольших ломтика помидора, и пару пластинок ветчины.
- Берем лаваш и смазываем его сливочным сыром. Выкладываем сверху равномерно порванные листья салата. Затем капусту, морковь, ломтики помидора, ветчину и наконец курицу.
- Аккуратно заворачиваем



Основные блюда



НОВОГОДНИЕ РЕЦЕПТЫ

РЕЦЕПТЫ

Картофельные грибочки



Ингредиенты

Картофель
(продолговатый) – 10 шт
Сливочное масло 1 ст.л.
Розмарин – 1 ч.л.
Чеснок - 1/2 ч.л.



Школа Кроха

Приготовление

Отварить картофель «в мундире» в подсоленной воде до готовности.

Аккуратно вырезать из картофеля грибы

Выложить в форму для запекания.

Присыпать розмарином и сбрызнуть растопленным сливочным маслом (в который добавить сухой чеснок)

Запечь в духовке до золотистой корочки



Фаршированный картофель

Ингредиенты

Картофель
(продолговатый) – 10 шт
Сливочное масло 1 ст.л.
Отварное мясо или ветчина
– 100 г
Помидор – 1 шт
Яйцо – по количеству
картофеля
Специи (Базилик, орегано)
Чеснок - ½ ч.л.
Сыр

Приготовление

Отварить картофель «в мундире» в подсоленной воде до готовности.

Срезать крышечку картофеля
(аккуратно)

Извлечь серединку картофеля
Мелко порезать мясо, помидор,
добавить специи

Наполнить картофель до середины,
сверху вылить яйцо, посолить,
присыпать сыром

Выложить в форму для запекания.

Запечь в духовке до золотистой корочки



Картофельные розочки



Ингредиенты

Картофель
Пармезан
Сливочное масло
Соль
Специи по желанию

Приготовление

Нарезать картофель очень тонкими ломтиками (почти прозрачными)
Свернуть ломтики рулетом
Поместить рулетик в форму для кекса (борта формочки должны быть чуть выше середины ломтика)

Растопленное масло соединить с солью и специями
Кисточкой нанести масло на картофельные лепестки
Присыпать тертым пармезаном

Запечь в духовке до золотистой корочки



Тефтели в тесте

Приготовление

Тесто нарезать полосочками.
Обернуть полосками теста фрикадельку
Выложить в форму
Смазать яйцом
Запекать в духовке около 30 минут

Ингредиенты

Заготовленные тефтели
из мяса, которое ест
ребенок (в сыром виде)

Слоеное тесто (после 3 лет)



Фрикадельки в сотах под соусом бешамель

Ингредиенты

Заготовленные тефтели из мяса, которое ест ребенок (в сыром виде)

Картофель

Соус:

5 столовых ложек сливочного масла
3 столовые ложки пшеничной муки
800 миллилитров молока
2 чайные ложки соли
пол чайной ложки мускатного ореха

Приготовление

- Приготовим соус. Берем две кастрюли: в одну наливаем молоко, а в другую кладем сливочное масло. Одновременно нагреваем молоко и растапливаем сливочное масло. В масло добавляем муку и постоянно помешивая, обжариваем его до золотистого состояния. Затем, не переставая мешать, вводим в мучную смесь молоко. Массу доводим до кипения и провариваем 10 минут. Добавляем в соус соль и мускатный орех. Все перемешиваем и отставляем в сторону. Зелень нарезаем мелкими кусочками.

Выкладываем картофель и фрикадельки как на картинке, заливаем соусом
Запекаем в духовке



Мясной хлеб

Ингредиенты

фарш говяжий 500 г
фарш свиной 250 г
луковица 1 небольшая
сельдерей 1 ребро
морковь 1 шт.
чеснок 1 зубчик
крошка батона 2 ломтика
яйцо 1 штука
томатная паста 2 ст. л.
зерна кориандра, фенхеля
или укропа
1/4 ч. л.
сливочное масло 1 ст. л.
растительное масло 1-2 ст. л.
Петрушка
соль и черный перец по вкусу

Приготовление

- Овощи порезать и пассеровать до мягкости
- Соединить два вида фарша, добавить хлебную крошку и яйцо, вымесить.
- Добавить овощи и томатную пасту (или томатный сок) еще раз вымесить
- Посолить, добавить специи, перемешать
- Выложить в форму, запекать (около 40 минут)



Школа Кроха

Рыбная запеканка

Форель (филе) — 300 г

Лук репчатый — 1 шт

Яйцо куриное — 1 шт

Сливки (10%) — 50 мл

Соль (по вкусу)

Морковь — 1 шт

Приготовление

- Измельчить рыбу, лук, морковь, добавить соль, яйцо, сливки
- Вымесить
- Запечь в формочке



Школа Кроха

Рыбно-овощная запеканка



Рыба (филе) — 300 г

Лук репчатый — 1 шт

**Картофель или
брокколи - 3-4 шт**

Морковь - 1 шт

Яйцо куриное — 1 шт

Сухари (крошка) - 3-4 ст.л

Сливки (10%) — 50 мл

Соль (по вкусу)

Приготовление

- Отварить картофель, морковь и /или брокколи
- Измельчить в пюре, добавить сухари, яйцо, сливки
- Лук пассеровать с небольшим количеством сливочного масла или сливок, добавить к овощной массе
- Разделить массу на 2 части
- Форму для запекания смазать, выложить половину овощной массы
- На нее выложить филе рыбы (можно порезать или перекрутить), посолить.
- Сверху выложить вторую часть овощей
- Запекать около 30-4 минут



Школа Кроха

Блинчики с сюрпризом



- Мука
- Молоко
- Яйца
- Соль, сахар
- Начинка (на выбор)
 - моцарелла с зеленью и помидорами
 - рикотта с зеленью
 - мясной фарш
 - рыбный фарш

Приготовление:

- Испечь блины по привычному рецепту
- Приготовить начинку
- Завязать блины мешочком (в качестве нитки – перо зеленого лука)

Примечание:

- Для украшения печеночного паштета подойдут ягоды из варенья
- Для украшения мясного паштета – кислый огурец (мелко нарезать)

В качестве сюрприза в блинчик можно добавить, например, немного кукурузы или что-то еще



НАПИТКИ



НОВОГОДНИЕ РЕЦЕПТЫ

РЕЦЕПТЫ

Молочный коктейль



- **Мороженое Пломбир**
300 г
- **Молоко – 1 стакан**
- **Замороженная вишня (с соком) – 200 г**
- **Украшения (посыпка, зонтик, соломка)**

Приготовление

- Взбить блендером мороженное с ягодами
- Вливать молоко постепенно – ориентируйтесь на консистенцию. Доведите до той, которая Вам нравится



Апельсиновый лимонад



Ингредиенты:

- 4 апельсина,
- 6 л воды,
- сок 1 лимона,
- 300 г мёда,
- 2 ч. л. корицы.

Приготовление

- Накануне вечером обдайте апельсины кипятком и уберите на ночь в морозилку.
- Утром фрукты достаньте, дайте им оттаять и измельчите в блендере (чистить фрукты не нужно, заморозка уже удалила всю горечь из кожицы).
- Залейте апельсиновую мякоть 3 л питьевой воды и оставьте на 30 минут, после чего процедите через марлю, сложенную в несколько слоёв.
- Чтобы напиток не был мутным, между слоями марли можно положить бумагу для фильтрования кофе (если у вас есть кофеварка) или чистую салфетку из микрофибры.
- Смешайте мёд с корицей и вместе с лимонным соком добавьте в лимонад.
- Долейте оставшуюся воду, перемешайте и поставьте напиток в холодильник на 2-3 часа.



Детский Мохито

Приготовление

Ингредиенты:

- **150 мл домашнего лимонада**
- **половина маленького лайма**
- **2 веточки мяты**
- **0,5 ч. л. коричневого сахара**
-

- Нарезьте лайм маленькими дольками, положите в высокий стакан, посыпьте сахаром. Добавьте листочки 1 веточки мяты и растолките пестиком.
- Положите в стакан кубики льда и оставшуюся мяту, влейте лимонад, перемешайте и подавайте с трубочкой.



Клубничное облако

Приготовление

- Банан
 - Клубника (можно замороженную)
 - Кефир
 - Мед
- Взбить банан и клубнику
 - Добавить кефир
 - Мед по вкусу



Пряный чай

Приготовление

- листья зеленого чая - 1 ч. л.
 - корица - 1 палочка или 1 щепотка молотой
 - кардамон - 3 зернышка
 - гвоздика - 4 шт.
 - тертый мускатный орех - 1 ч. л.
 - вода - 0,5 л
- Вскипятить воду, дать ей остыть в течение 1 минуты.
 - Залить водой чай и специи, дать настояться в течение 4 минут и процедить.



десерты



НОВОГОДНИЕ РЕЦЕПТЫ

РЕЦЕПТЫ

Десерт из ананаса

**Ананас
консервированный**

Мороженое

Горячий шоколад

Ананасовый сок

Приготовление

- На дно креманки налить немного горячего шоколада
- Поверх шоколада наслоить немного ананасового сока
- Выложить мороженое
- Чередовать с кусочками ананаса
- Сверху полить горячим шоколадом



Школа Кроха

Десерт из зефира



Зефир

Сметана или йогурт

Фрукты или сухофрукты

Шоколад

Орехи (по возрасту)

Приготовление

- Зефир размять
- В блендер вылить кефир, взбивать и постепенно добавлять зефир
- Поставить смесь на 1 час в холодильник (настояться)
- Затем добавить ягоды, орехи, шоколад – по вкусу



Школа Кроха

Фруктовый трафл

Творог 50 г

Фрукты (лучше манго)

Йогурт

Кекс (любой)

Хлопья (мюсли)

Шоколад (?)

Приготовление

- Кекс порезать кубиками, немного подсушить
- Фрукты прорезать
- На дно креманки выложить кусочки кекса, сверху пару ложек йогурта, сверху фруктовые кусочки, присыпать мюсли и повторить все слои.

Сверху можно присыпать тертым шоколадом



Бланманже

Ингредиенты:

- 0,5 стакана молока;
- 1 пакетик (15 гр.) желатина;
- 1 пакетик (10 гр.) ванильного сахара;
- 250 гр. творога;
- 0,5 стакана сметаны;
- 0,5 стакана сахарной пудры;
- 2 колечка ананаса или другие фрукты

- В молоке развести желатин и оставить для набухания на 20 минут
- Творог смешать с сахарной пудрой, сметаной и ванильным сахаром в пышную однородную массу.
- Колечки ананаса нарезать кусочками.
- Желатин нагреть до горячего состояния, но не кипятить.
- Осторожно влить желатин в творожную массу, тщательно перемешать.
- Добавить кусочки ананасов и снова перемешать.
- Выложить массу в форму (или в порционные формы) и поставить в холодильник для застывания на 4-5 часов. Чтобы десерт из формы вышел без повреждений, форму нужно окунуть в горячую воду на несколько секунд, бланманже легко отделится от стенок формы.



Ягоды в белом шоколаде

Ингредиенты:

- Ягоды
- Шпажки
- Белый шоколад
- Нанизать ягоды на шпажки
- Полить (декорировать) растопленным белым шоколадом

