**KULINARNE MAŁE CO NIECO DLA DZIECI I RODZICÓW 09.04.2020**

***Słodkie pisanki***

**Pisanki na słodko! Z masą truflową, polane czekoladą i ozdobione kolorową posypką**

***Składniki na masę trufelkową:***

* 200 g biszkoptów
* 100 g czekolady mlecznej
* 200 g serka homogenizowanego
* 1 łyżeczka cukru waniliowego

***Na polewę:***

* 100 g gorzkiej czekolady
* Kolorowe posypki lub dekorki cukrowe do ozdoby lub mielonymi orzechami, słonecznikiem, białą czekoladą itp.

**Przygotowanie:**

**Przygotowanie:**

1. Ciastka rozdrabniam do okruszków, można ręcznie lub w blenderze. Przesypuję do miski.
2. Czekoladę rozpuszczam w kąpieli wodnej, wlewam do okruszków. Wsypuję cukier waniliowy i dodaję serek.
3. Mieszam wszystkie składniki ręką aż do uzyskania gładkiej masy.
4. Z powstałej masy trufelkowej formuję jajka i układam na dużej desce.
5. Wstawiam do lodówki i przygotowuję polewę.
6. Czekoladę łamię na małe kawałki, wrzucam do garnka i rozpuszczam w kąpieli wodnej.
7. Zimne trufelki obtaczam w czekoladzie i dekoruję kolorową posypką. Wstawiam do lodówki przynajmniej na pół godziny, żeby czekolada stężała.

Smacznego!



















SMACZNEGO!!!!

***Smoothie z malinami, borówkami i otrębami***

Smoothie to idealny sposób na orzeźwienie w gorące, letnie dni. Jest nie tylko smaczne, ale też szybkie i proste w wykonaniu. W wersji z malinami i borówkami dostarczy nam także sporej dawki witamin i minerałów.





***Składniki (2 porcje):***

* 250 g malin świeżych lub mrożonych
* 250 g borówek świeżych lub mrożonych
* 2 łyżki otrębów owsianych
* woda Mama i ja (ilość według uznania)
* szczypta cynamonu i kardamonu
* miód (opcjonalnie)  
  ***Wykonanie:***

1. Owoce przekładamy do misy miksera, dodajemy otręby, cynamon oraz kardamon. Wlewamy 1/2 litra wody Mama i ja i całość blendujemy.
2. Jeżeli jest to konieczne, dosładzamy miodem, ale owoce w tym roku są tak słodkie, że w zasadzie nie jest to konieczne.
3. Uzupełniamy smoothie wodą według uznania. W wersji dla dorosłych można dodać kilka kostek lodu i całość ponownie zmiksować.
4. Podajemy od razu lub przelewamy do kubka termicznego i zabieramy do szkoły lub pracy.