

Gabriela Sygulka  
Norbert Dreier

# KUCHNIA EUROPEJSKA DLA DZIECI

Gotujemy w szkole i w domu!



Opole 2007

# WSTĘP

Książka może być wykorzystana jako pomoc dydaktyczna na zajęciach pozalekcyjnych szkolnych kółek zainteresowań, na lekcjach kształcenia zintegrowanego lub zajęciach świetlicowych.

Wędrówka po krajach Europy odbywa się na zasadzie poznawania potraw charakterystycznych dla danego kraju.

Ważnym kryterium doboru przepisów były preferowane przez dzieci gusta smakowe. I tak przy realizacji tematu: „Kuchnia Węgier” nie znajdziemy tutaj szegedyńskiej zupy gulaszowej, której przygotowanie trwa 2 i pół godziny ani lecza, ale przepis na naleśniki a`la Gundel z nadzieniem z orzechów włoskich i sosem czekoladowym.

Do przygotowania potraw można wykorzystać znajdujące się w sprzedaży półprodukty typu ciasto kluskowe lub gotowe produkty, jak knedle czeskie, lane kluski itp., co skraca czas przygotowania dań.

Realizacja znajdujących się w książce przepisów jest dostosowana do możliwości i umiejętności dziecka w wieku wczesnoszkolnym oraz do warunków szkolnych (klasa lekcyjna, świetlica, szkolna kuchnia).

W końcowej części czytelnik znajdzie przykładowe konspekty zajęć, które można rozszerzyć o słuchanie muzyki charakterystycznej dla poznawanego państwa, jak również o naukę tańca.

Książka może być urozmaiceniem dla uczniów i daje możliwość innego spojrzenia na poznawany kraj – przez pryzmat smaku. Jest to dla dzieci odskocznia od przyswajania wiedzy encyklopedycznej na temat państw europejskich.

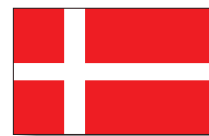
Dzieci mają okazję samodzielnie pod dyskretną kontrolą dorosłych, przygotować potrawy dla siebie i innych. Uczą się pracy zespołowej i przyswajają sobie zasady bezpieczeństwa i higieny przy przygotowaniu posiłku.

Zajęcia z gospodarstwa domowego cieszą się wśród uczniów bardzo dużym zainteresowaniem i dają im wiele satysfakcji.

**MIŁEJ ZABAWY ! SMACZNEGO!**

Dyrekcji, Radzie Rodziców, Rodzicom i Uczniom Publicznej Szkoły Podstawowej w Łubnianach za pomoc w wyposażeniu pracowni i zachętę do przygotowania książki serdecznie dziękują autorzy.

Specjalne podziękowania dla Małgosi S. i Michała D. pierwszych degustatorów przygotowywanych naszych potraw.



# DANIA

## mały kraj wielkich ludzi

**Powierzchnia:** 43 092 km<sup>2</sup>

**Liczba mieszkańców:** 5 300 000

**Stolica:** Kopenhaga

**Język:** duński

**Ciekawostka:** Do Danii należy około 500 wysp. Z tego tylko 100 jest zamieszkałych.

**Święto narodowe:** 5 czerwca (rocznica uchwalenia konstytucji w 1849 r.)



Syrenka w Kopenhadze



Gdy słyszymy słowo Dania, od razu kojarzymy je ze słynnym Duńczykiem Hansem Chrystianem Andersenem.

W duńskim Billund zobaczymy park zbudowany z 40 milionów klocków LEGO.

„LEG GOD” – po duńsku znaczy „Baw się dobrze”!

## NALEŚNIKI Z SOSEM POMARAŃCZOWYM



### CIASTO

1/8 l mleka  
8 łyżek mąki  
2 jajka  
szczypta soli  
margaryna

### SOS

2 łyżki dżemu pomarańczowego  
1 łyżka soku cytrynowego  
1 łyżka soku pomarańczowego  
starta skórka z jednej  
pomarańczy  
masło

**1** Wlać mleko do miski. Dodać mąkę, jajka i sól. Całość dokładnie wymieszać miotłą do ubijania ciasta. Ciasto musi być rzadkie. Jeżeli jest za gęste, należy dodać mleka.

**2** Miskę z ciastem należy przykryć ściereczką i odstawić na 1 godzinę. W tym czasie przystępujemy do wykonania sosu.

**3** Do miski włożyć dżem, sok i startą skórkę pomarańczy.

**4** W małym garnuszku podgrzać łyżkę masła i dodać sos. Wszystko razem krótko podgrzać.

**5** Na rozgrzanej patelni rozgrzać tłuszcz i smażyć cienkie naleśniki na złotobrazowy kolor.

**6** Naleśniki podawać z ciepłym sosem pomarańczowym.

## SZNYCEL WIEDEŃSKI

- 4 kotlety cielęce (na 4 porcje),  
ok. 150 g każdy
- 2 łyżki mąki
- 1 jajko
- 100 g bułki tartej
- sól
- 3 łyżki oleju



**1** Sznycel rozbić tłuczkiem (można włożyć sznycel między dwa kawałki folii spożywczej).

**2** Kotlety posolić i obtoczyć w mące.

**3** Jajko rozkłócić na talerzu, a następnie zanurzać w nim kotlety.

**4** Na kolejnym talerzu obtaczamy kotlety w tartej bułce, dociskając go wierzchem dłoni.

**5** Rozgrzać olej na patelni. Smażyć kotlety 5–8 min z każdej strony. Podczas smażenia należy poruszać patelnią.

**6** Podawać udekorowany plasterkiem cytryny z sałatką ziemniaczaną.

## ZUPA CEBULOWA



- 3 białe cebule (ok. 500 g)
- 1 pęczek cebulki dymki
- 2 marchewki
- 4 łyżki masła
- 1/2 szklanki białego wytrawnego wina
- 1 l bulionu warzywnego
- 2 gałązki świeżego tymianku
- 3 kromki pełnoziarnistego chleba tostowego
- 4 łyżki startego żółtego sera (ementalera)
- sól, pieprz

**1** Białe cebule obrać i pokroić w cienkie plasterki. Dymkę pokroić ukośnie w krążki. Marchewki obrać i pokroić w plasterki.

**2** Rozgrzać tłuszcz – 2 łyżki masła, zeszklić białą cebulę, zalać winem. Dodać dymkę i bulion, gotować 10 minut. Następnie wrzucić marchewkę i posiekany tymianek. Gotować przez 5 minut. Doprawiać solą i pieprzem.

**3** Chleb tostowy pokroić w kostkę, następnie obsmażyć na reszcie masła. Grzanki włożyć do filiżanek, zalać zupą i posypać serem.

**4** Filiżanki z zupą wstawić na 2 minuty do gorącego piekarnika. Ser powinien się rozpuścić i lekko zrumienić.

## Inne francuskie przysmaki



Trufle – grzyby, które rosną pod ziemią. Zbiera się je głównie zimą przy pomocy psów i świń.  
Ostrygi  
Krewetki  
Żabie udka