

## 8 ФОТО РЕЦЕПТОВ, КОТОРЫЕ МОЖНО ГОТОВИТЬ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ - СОВМЕСТНОЕ КУЛИНАРНОЕ ТВОРЧЕСТВО

В процессе приготовления обеда мамы обычно выгоняют детей в комнату или стараются их занять чем-нибудь полезным, чтобы избежать лишнего часа уборки и абсолютного хаоса в кухне. Хотя совместное кулинарное творчество может стать полезным и приятным для мамы и ребенка.

Детская привычка - подражать родителям - поможет привлечь дитя к «тайнам» кулинарии, научить готовить простые блюда, отвлечь от модных гаджетов и дать толчок творческому развитию.

Итак, моем чаду ладошки, надеваем мини-фартук и приступаем к «таинству»...



### Бутерброды

Это «блюдо» под силу даже малышу 4-5 лет. Конечно, при условии, что мама заранее нарежет все ингредиенты. Процесс приготовления можно превратить в увлекательное соревнование на «самый сказочный бутерброд».

- Помыть (при необходимости) и нарезать хлеб, колбасу, сыр, помидоры, огурчики, зелень, салатные листья, оливки и пр. Не помешает майонез с кетчупом (для украшения).
- Создать на бутербродах веселые сказочные сюжеты, мордашки зверей и пр. Пусть ребенок проявит фантазию и разложит ингредиенты так, как ему захочется. А мама подскажет, как можно сделать усики и елочки из укропа, глаза из оливок или рот из кетчупа.



## Канопе

Данные крохотные бутербродики на шпажках осилит любой малыш 4-5 лет. Схема та же – нарезать продукты и позволить ребенку самостоятельно соорудить кулинарный шедевр для уставшего после работы папы или просто для маленького семейного праздника. Что касается шпажек, можно купить их специально для ребенка – веселые и разноцветные.



## Веселые закуски

Детям чрезвычайно важно, чтобы блюдо имело не только незабываемый вкус, но и привлекательный (в их понимании) вид. А мамы могут помочь своим малышам из простых продуктов создать настоящее чудо.



## Букет тюльпанов для бабушки или мамы

Это блюдо можно приготовить вместе с папой — для мамы, или вместе с мамой — для бабушки.

- Моем вместе с ребенком огурцы, зелень, листья щавеля, помидоры («пальчиковые»).

- **Делаем начинку для бутонов.** Натираем на мелкой терке 150-200 г сыра и яйцо (если ребенку уже разрешают пользоваться теркой – пусть сделает это самостоятельно). Смешать натертые продукты с майонезом ребенок тоже сможет сам (как и почистить яйца для начинки).
- Мама вырезает из помидор сердцевинки до формы бутонов. Малыш аккуратно наполняет «бутоны» начинкой.
- Далее вместе с ребенком укладываем на вытянутом блюде стебли (зелень), листья (листья щавеля либо тонко и вдоль нарезанные огурцы), сами бутоны.  
Украшаем красивой мини-открыткой с пожеланиями.



## Пицца



- Тесто готовим самостоятельно или покупаем уже готовое, чтобы потом не отмывать кухню от муки.

- Вытаскиваем из холодильника все, что может пригодиться для пиццы – сосиски, ветчину и колбаску, сыр, куриное/говяжье филе, помидоры и оливки, майонез с кетчупом, зелень, болгарский перчик и пр. Нарезаем и натираем на терке ингредиенты.
- *Пусть ребенок самостоятельно выберет начинку для пиццы*, разложит ее фантазийно на тесте и украсит по своему вкусу.



Можно вместо одной большой пиццы сотворить несколько маленьких.

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**