

*Рецепты для малышей.  
Маленьким гурманам.*

*Чтобы вашему ребенку понравилось новое блюдо,  
оно должно быть не только вкусным, но и ....  
красивым. Накрываем детский стол!*

# ***БЛИНЧИКИ***

---

*Возьмите:* 125 мл молока, 1 яйцо, 2 чайные ложки сливочного масла, 50 г муки,  $\frac{1}{2}$  чайной ложки соды.

*Для украшения:* 2 чайные ложки сметаны, несколько ягод черники, смородины или др. ягоды,  $\frac{1}{2}$  чайной ложки варенья красного цвета.

*Приготовление:*

1 Отделите желток от белка. Взбейте белок в крепкую пену. Это получится лучше, если яйцо будет холодным.

2 Растопите сливочное масло, молоко подогрейте.

Добавьте муку, соду, погашенную лимонным соком, желток, затем все тщательно перемешайте.

3 В конце аккуратно добавьте в тесто взбитый белок.

4 Жарьте на сливочном масле до золотистого цвета.

5 Чтобы получился медвежонок, вам понадобится блинчики маленькие (ушки) и побольше (мордочки).

6 Чайной ложкой сделайте аккуратно глазки из сметаны, ягодки станут зрачками, а ротик нарисуйте джемом или вареньем.

# Мясные фрикадельки

Возьмите: 100 г мясного филе, 1 стол. ложку молока, 1 яйцо, соль, полпучка укропа.

Приготовление:

1 Мякоть говядины или телятины без жира промойте, пропустите два раза через мясорубку.

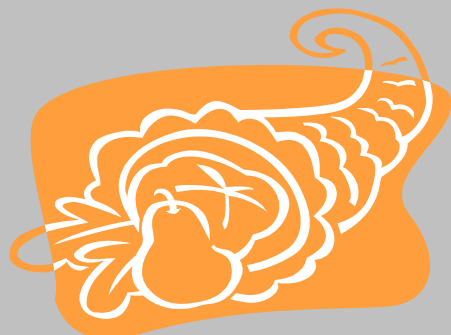
2 Отделите желток от белка, взбейте его в крутую пену.

3 В фарш добавьте соль, молоко, белок, мелко нарубленную зелень. Все хорошо перемешайте.

4 Из приготовленной массы мокрыми руками скатайте шарики величиной со сливу. Аккуратно шумовкой опустите фрикадельки в кипящий бульон и варите их 8 – 10 минут.

5 Фрикадельки также можно тушить в глубокой сковороде, налив туда на 3 – 4 см воды и плотно прикрыв крышкой.

6 Обваляв в сухарях, их иногда обжаривают в масле.



# Флан «Морковь - апельсин»

*Возьмите:* 500 г апельсинов, 500 г моркови, 2 яйца, 2 желтка, 125 г сахара, 6 кусков рафинада

*Приготовление:*

- 1 Апельсины и морковь очистите, выжмите сок.
- 2 Положите рафинад в чашку, полейте стол. ложкой воды, поставьте в микроволновку на 2 – 3 минуты. Когда образуется карамель, налейте ее понемногу в каждую формочку.
- 3 400 г смеси соков доведите до кипения с сахаром – песком. Смешайте яйца с желтками и тонкой струйкой влейте в подогретую смесь, непрерывно взбивая.
- 4 Поставьте формочки со смесью в плоскую кастрюлю с водой, накройте крышкой и готовьте 25 минут на медленном огне. Подавайте охлажденным.

