

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ

РОДИТЕЛЯМ

# ВКУСНЫЕ ПОДАРКИ ЗАЩИТНИКАМ ОТЕЧЕСТВА



*Дорогие родители!*

*В преддверии праздника предлагаем вам с вашим ребенком дома создать рукотворные вкусные подарки защитникам Отечества (папам, дедушкам и другим членам семьи).*

**Бутерброд** — универсальное блюдо, которое может быть как приятным дополнением к чаю, так и полноценным завтраком. Классический говяжий бургер можно превратить в супербутерброд, если **включить немного воображения и вместе с ребенком поработать на кухне.**

Предлагаем вам приготовить очень вкусный завтрак для защитника Отечества вместе с вашим малышом. Папе или дедушке такие булочки с колбасой, яйцами-пашот и зеленью сильно понравятся! В общем, завтрак — то, что нужно, сытный, а главное — очень вкусный, просто пальчики оближешь!

Поручайте ребенку те трудовые действия, **которые ему по силе:**

- помыть зелень
- налить воду в сотейник
- посолить
- выложить зелень и колбасу на булочку и др.

Помогайте советом, подбадривайте, ведь маленький кулинар в самом начале своего творческого пути и только учится таким для него важным и серьезным трудовым навыкам.

**Вам понадобятся (на 4 порции)**

- Булочки несладкие — 2 шт.
- Колбаса — 100 г
- Яйца — 4 шт.
- Лук зеленый — 1 пучок
- Рукола — 1 пучок
- Зелень петрушки — 1 пучок
- Чеснок — 1 зубчик
- Масло оливковое — 50 мл
- Уксус яблочный — 1 ст. л.
- Соль — по вкусу

*Вместо колбасы можно положить ломтики прошутто или заменить на овощи, например кружок помидора, болгарский перец.*



## Алгоритм работы

- Подготовить ингредиенты (проговорите с ребенком их названия).
- Поставить в сотейнике воду кипятиться (ребенок наблюдает за взрослым!).
- Зелень помыть, обсушить (с этим малыш может справиться сам с небольшой помощью взрослого).
- Булочку разрезать вдоль на две части (с этим ребенок может справиться с небольшой вашей помощью).
- Колбасу нарезать тонкими полосками (малыш наблюдает за взрослым при нарезании и может помочь разложить полоски колбасы на тарелку).
- Лук нарезать крупно, белую часть убрать (с этим ребенок может справиться сам).
- С петрушки оборвать все листики (это точно часть работы ребенка!).
- Зелень сложить в емкость, добавить оливковое масло, немного соли, измельчить блендером (и тут ребенок справится).
- Обжарить половинки булочки с обеих сторон на сухой сковороде-гриль (ребенок наблюдает).
- Яйцо разбить в блюдце (можно действовать вместе).
- Чеснок разрезать пополам и срезом натереть поджаренную булочку (режет взрослый — натирает ребенок).
- Намазать булочку измельченной зеленью (ребенок делает эту работу самостоятельно).
- В кипящую воду добавить яблочный уксус, размешать ложкой воду, сделать воронку (ребенок наблюдает).
- Уменьшить нагрев конфорки (ребенок может помочь взрослому повернуть регулятор).
- Опустить осторожно в воронку яйцо. Варить 4 минуты, вынуть шумовкой, положить на салфетку, дать стечь лишней воде (ребенок наблюдает).
- Выложить на булочку руколу и колбасу (с этим ребенок может справиться сам).
- Сверху положить яйцо-пашот, сделать небольшой надрез, чтобы немного вытек желток. Смазать верх яйца измельченной зеленью (первую часть делает взрослый, а вторую — ребенок).
- Подавать сразу, пока яйцо горячее (приглашение гостей к столу — дело ребенка).

○ **Супербутерброд готов! Приятного аппетита защитнику Отечества!**

