

KLASA D

ZAJĘCIA KULINARNE

1. Ćwiczenia w zapisywaniu i odczytywaniu przepisów z różnych źródeł np. z internetu , książki kucharskiej.
2. Potrawa sporządzona w jednym garnku . Leczo

PRZEPIS NA LECZO Z KIEŁBASĄ

SKŁADNIKI:

½ kg. Kiełbasy

1 cukinia

2 papryki

2 cebule

4 pomidory

1 mały słoiczek przecieru pomidorowego

¼ szklanki oleju do smażenia

Przyprawy: sól, pieprz, papryka.

Cebule obierz drobno posiekaj , kiełbasę pokrój w cienkie plasterki . Rozgrzej olej na dużej patelce i smaż cebule i kiełbasę około 15 minut . Dodaj pokrojoną w kostkę paprykę i cukinię , dodaj też przyprawy. Duś całość ok 25 minut pod przykryciem. Na koniec dodaj przecier pomidorowy oraz pomidory obrane ze skórki i pokrojone w kostkę . Zamieszaj i wyłącz. Podawaj z ryżem , makaronem, ziemniakami.

SMACZNEGO.

Możesz poszukać własnej wersji lecza w internecie lub w książce kucharskiej lub wykonać według własnego przepisu . Potrawę proszę wykonać z domownikami i pod ich nadzorem . Zwracam uwagę na szczególne bezpieczeństwo podczas wykonywania prac kuchennych oraz na higienę osobistą- częste mycie rąk .

Przepis na lecho proszę przepisać do zeszytu.

Jeżeli wystąpią jakieś problemy proszę zadzwonić do mnie pod numer:
516 322 073.

