

# ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ!

В ваших руках кулинарная книга для самых любознательных ребят, которые хотят научиться печь вкуснейшую выпечку: сладкие и несладкие пироги, запеканки, торты, пирожки из дрожжевого теста, круассаны и многое-многое другое.

Ребёнку очень нужна ваша поддержка, потому что стать настоящим пекарем не так-то просто. Как замесить тесто и приготовить начинку? Для чего нужны кухонные принадлежности? Как пользоваться духовкой и микроволновкой? Найти ответы на все эти вопросы и раскрыть ребёнку кулинарные тайны вы сможете, когда будете готовить вместе.

Вперёд — навстречу новым знаниям! У юного пекаря всё получится!



# УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



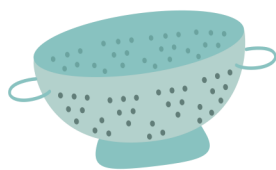
СЛОЖНОСТЬ



КОЛИЧЕСТВО  
ПОРЦИЙ



ВРЕМЯ  
ПРИГОТОВЛЕНИЯ



ДУРШЛАГ



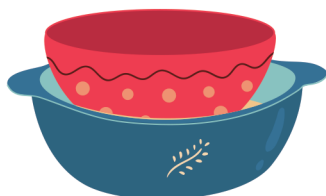
КАСТРЮЛЯ



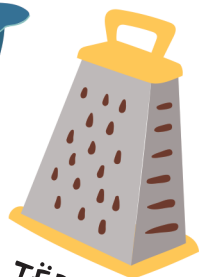
СИТО



ПРИХВАТКИ



ПАЛЫ



ТЁРКА



ШУМОВКА



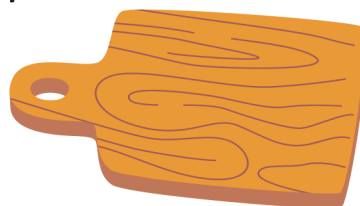
ВЕСЫ



ВЕНЧИК



СКАЛКА



РАЗДЕЛОЧНАЯ  
ДОСКА



БЛЕНДЕР



МЕРНЫЙ  
СТАКАНЧИК



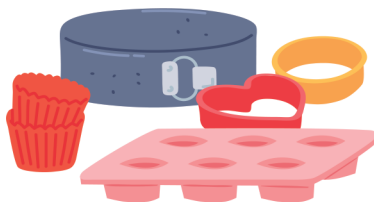
МИКСЕР



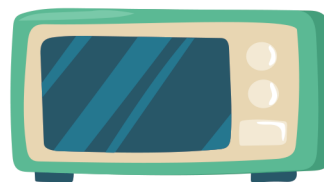
СКОВОРОДКА



ПРОТИВЕНЬ



ФОРМЫ ДЛЯ ВЫПЕЧКИ



МИКРОВОЛНОВКА

# ПРАВИЛА НАСТОЯЩИХ ПОВАРОВ

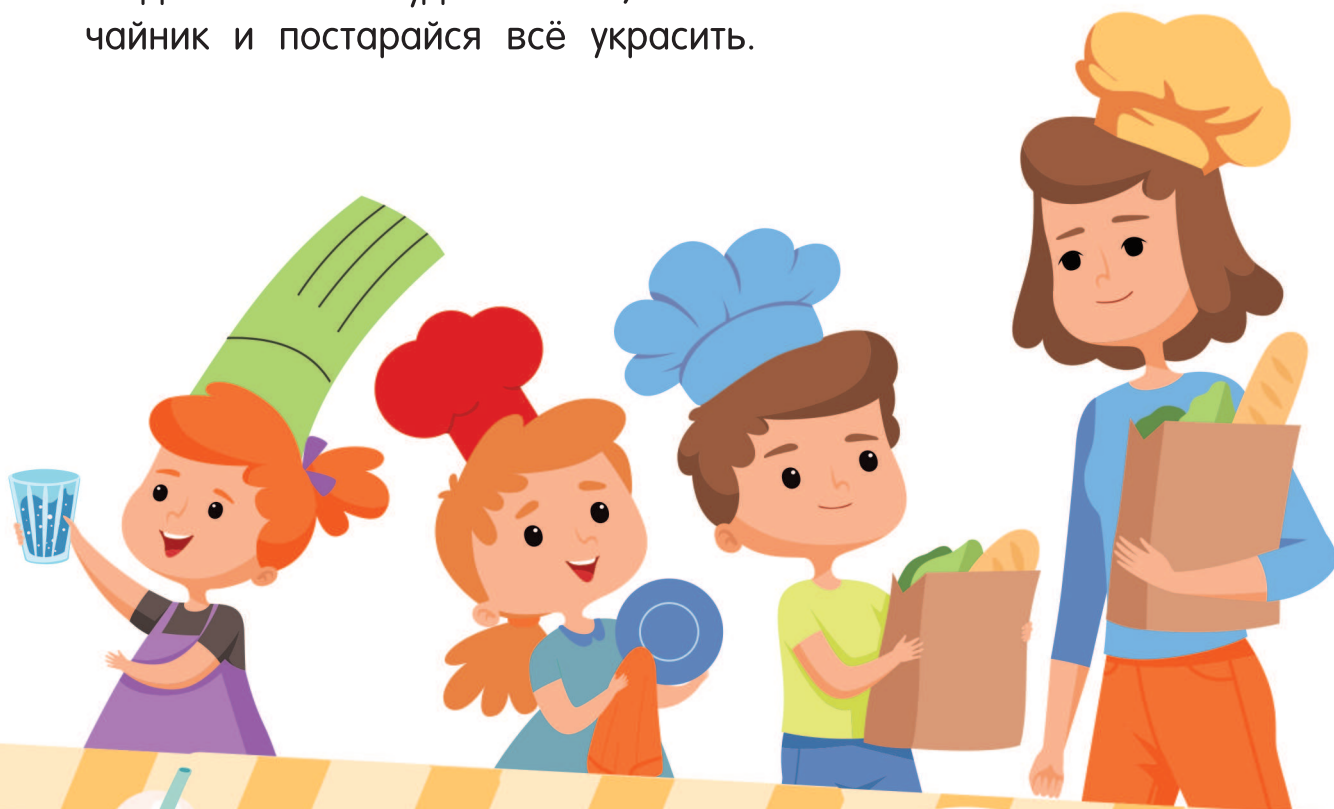
Привет, друг! Добро пожаловать в чудесный кулинарный мир! Теперь ты настоящий повар. Но перед тем, как начать готовить, нужно выучить несколько правил.

- ◆ Перед началом работы нужно получить разрешение шеф-повара (мамы, папы, дедушки, бабушки или других взрослых).
- ◆ Шеф должен скоординировать действия повара: рассказать, что и откуда взять, как этим пользоваться.
- ◆ Повар не хватается за горячие формы для выпечки и тарелки. Используй прихватки или специальные рукавички.
- ◆ Если что-то разбилось, не хватай осколки руками. Позови шеф-повара, он обязательно поможет тебе решить проблему.

Помни:  
шеф-повар тебе  
всегда поможет.



- ◆ Готовь только из свежих продуктов. Всегда проверяй срок годности на упаковках.
- ◆ Настоящий повар не только готовит, но и убирает за собой. На рабочем месте не должно остаться грязной посуды.
- ◆ Повар всегда красиво сервирует стол. Когда выпечка будет готова, поставь чайник и постарайся всё украсить.







# НЕСЛАДКАЯ ВЫПЕЧКА

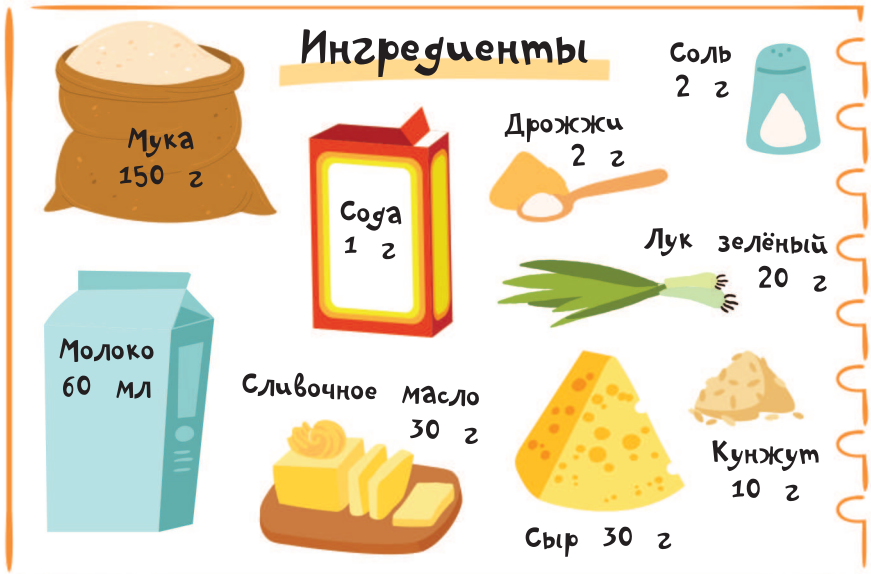




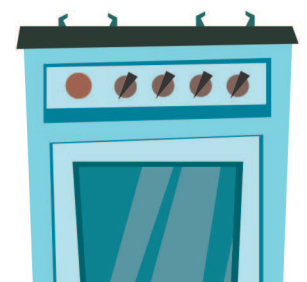
# Несладкая выпечка



# КРЕКЕРЫ ОТ ЁЖИКА



- ◆ Включи духовку на температуру 170°С.
- ◆ Смешай муку с содой, солью и дрожжами в глубокой миске.
- ◆ Чуть-чуть подогрей молоко. Растопи сливочное масло в микроволновке и смешай с молоком.
- ◆ Влей получившуюся жидкость в муку и перемешай, чтобы получилось тесто.
- ◆ нарежь зелёный лук тонкими кольцами. Натри сыр на мелкой тёрке.
- ◆ Добавь в тесто муку, лук, кунжут и сыр.
- ◆ Замеси тесто руками до однородности. Раскатай его в тонкий пласт и нарежь формой, которая тебе больше нравится.
- ◆ Выпекай крекеры 15 минут.



# ЗАЯЧИЙ ПИРОГ

## Несладкая выпечка



### Ингредиенты



Капуста 500 г



Лук 1 шт.



Сыр  
100 г

Сметана  
6 ст. ложек



Сливочное масло  
80 г



Яйца  
3 шт.



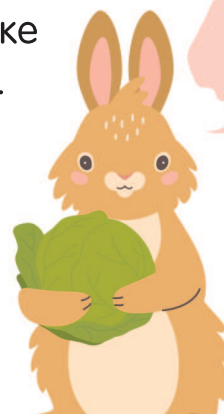
Соль, перец,  
по вкусу



- ◆ Нашинкуй капусту и нарежь лук. Положи их в глубокую миску. Разомни овощи руками, чтобы они дали сок.
- ◆ Растопи сливочное масло в микроволновке и добавь его к капусте и луку.
- ◆ В отдельную миску разбей яйца, добавь муку и сметану и перемешай до однородности.
- ◆ Вылей тесто к капусте, посоли и поперчи по вкусу, а затем хорошо перемешай и выложи получившуюся массу в форму для запекания.
- ◆ Выпекай пирог в заранее разогретой духовке при температуре 170°C примерно 45–50 минут.
- ◆ Натри сыр на крупной тёрке. Через 45–50 минут посыпь пирог слоем сыра и выпекай до корочки.



Бабушкин  
рецепт!





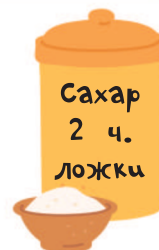
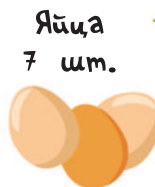
## Несладкая выпечка



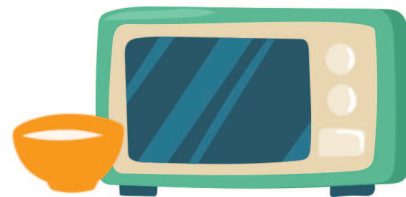
# ПИРОЖКИ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ



## Ингредиенты



- ◆ Достань все ингредиенты из холодильника, чтобы они нагрелись до комнатной температуры.
- ◆ Возьми глубокую миску и просей в неё муку через сито.
- ◆ В отдельную мисочку высыпь дрожжи и одну чайную ложку сахара. Залей тёплой (не горячей!) водой. Оставь смесь на 15 минут, чтобы дрожжи активировались. За это время образуется пенная «шапочка».
- ◆ В другую чашу разбей одно яйцо, добавь соль, чайную ложку сахара и взбей венчиком до однородности.
- ◆ Подогрей молоко и влей его в яичную массу. Добавь дрожжи и перемешай.
- ◆ Влей в получившуюся смесь растительное масло и снова перемешай.



◆ Постепенно начинай добавлять муку. Не торопись и не высыпай всё сразу, иначе тесто будет сложно замешать. Сначала вымешивай муку венчиком, затем — руками.



◆ Когда у тебя получится нежное тесто, чуть прилипающее к рукам, положи его в глубокую тарелку, накрой чистым полотенцем и поставь в тёплое место на полтора часа.

◆ Пока тесто «поднимается», займись начинкой. Свари 5 яиц вкрутую (10 минут после закипания воды) и остуди их в холодной воде. Затем почисти яйца и нарежь.



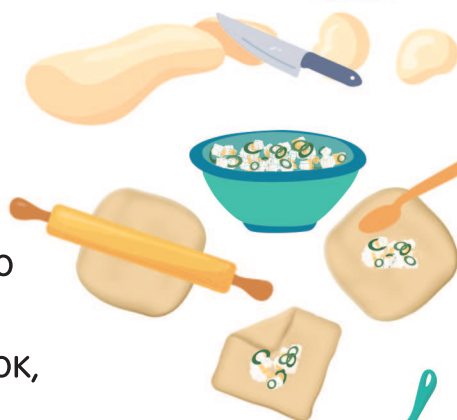
◆ Помой лук, промакни его бумажным полотенцем и нарежь. Смешай яйца и лук. Начинка готова!



◆ Когда тесто стало примерно в 2,5 раза больше, чем было, осторожно достань его из миски и слегка примни. Теперь раздели тесто на 17 равных частей — столько пирожков у тебя получится!



◆ Раскатай каждую часть теста в круглую лепёшку. На середину лепёшки выложи столовую ложку начинки. Защипни пирожок, чтобы начинка не вывалилась.



◆ Когда все пирожки будут слеплены, разбей яйцо в миску и взбей его вилкой до однородности. Помажь смесью пирожки — так они станут румяными.



◆ Выпекай пирожки в разогретой до 180°С духовке 25 минут до румяности.

