

Lekcja

Temat: Wykonanie kompotu z rabarbaru.

Składniki

2 porcje

- 300 g rabarbaru
- 1 litr wody (polecam mineralną)
- 4 łyżki cukru + dodatkowo do smaku
- 1 łyżeczka pasty waniliowej (lub 1 łyżka cukru wanilinowego lub cukru z prawdziwą wanilią)
- 1 łyżka soku z cytryny
- oraz: dodatkowa woda gazowana, 3 cienkie plasterki cytryny, pomarańczy, mięta i lód

Przygotowanie

- Rabarbar umyć, odciąć liście i wyrzucić, łodygi pokroić na 1 cm kawałki. Do garnka wsypać cukier i rozprowadzić go po dnie. Podgrzewać na średnim ogniu przez około 2 - 3 minuty lub do czasu aż zaczną brązowieć.
- Wówczas wrzucić rabarbar i wymieszać. Początkowo, po dodaniu rabarbaru cukier zbije się w grudki, ale z czasem jak rabarbar będzie puszczał sok, zbrylony cukier zacznie się roztopiać. Smażyć tak przez około 2 - 3 minuty.
- Wlać wodę i zagotować. Zmniejszyć ogień, dodać wanilię i gotować przez około 2 - 3 minuty aż rabarbar zmięknie. Na koniec dodać sok z cytryny. Odstawić na kilka minut, następnie przecedzić przez sitko do czystego naczynia, dzbanka.
- Do kompotu wrzucić kilka ładniejszych, różowych kawałków rabarbaru, resztę rabarbaru na sitku docisnąć łyżką tak, aby jak najwięcej wyciśniętego soku znalazło się w kompocie. Kompot spróbować i bardziej posłodzić w razie potrzeby. Można rozcieńczyć go wodą mineralną gazowaną.
- W upały polecam spróbować wersję schłodzoną kompotu, podawanego z kostką lodu, plasterkiem cytryny i listkiem mięty.

Jeżeli masz rabarbar, możesz wykonać pod kontrolą dorosłych taki kompot. Pamiętaj o zachowaniu ostrożności i czystości. Posprzątaj po sobie stanowisko pracy.



KWESTIA SMAKU

•

Lekcja

Temat: Ciasto z truskawkami.



Ciasto z truskawkami bez pieczenia (na tortownicę ok. 20 cm lub formę ok.18x23 cm) – składniki

na wierzch:

- 2 galaretki truskawkowe
- 500 g truskawek

na spód:

- 200 g herbatników typu petite beurre (prostokątnych z ząbkami)
- 80 g stopionego masła

na masę:

- 1 l mleka
- niepełna szklanka kaszy manny (160g)
- laska wanilii lub kilka kropli waniliowego ekstraktu
- 1/2 szklanki cukru lub ksylitolu (110 g)

- 60 g masła

Ciasto z truskawkami bez pieczenia – przepis:

Galaretki rozpuścić w 700 ml wrzącej wody, odstawić do schłodzenia, od czasu do czasu zamieszać, żelatyna lubi zbierać się na dnie naczynia. Truskawki umyć i pozbawić szypułek, duże sztuki przekroić na pół.

Herbatniki pokruszyć w malakserze lub plastikowym woreczku przy pomocy wałka lub dłoni. Wymieszać z roztopionym masłem i wsypać na dno formy. Ugnieść dłonią lub wygodniej – gładką, szklaną powierzchnią, np. dnem kubka, szklanki czy kieliszka. Odstawić do lodówki na czas przygotowania masy.

Mleko gotować z masłem, cukrem i przekrojoną wzdłuż na pół laską wanilii lub ekstraktem. Kiedy będzie wrzące, wyjąć wanilię, wsypać kaszę i intensywnie mieszać gotując na małym ogniu. Masa zgęstnieje, zwykle zajmuje to dwie do czterech minut. Powstały krem przelać na schłodzony w lodówce spód. Ułożyć na nim truskawki, lekko wciskając je w masę. Zalać je tężejącą galaretką. To ważne, by nie była całkiem płynna, inaczej spłynie na spód formy. Odstawić do całkowitego stężenia na kilka godzin do lodówki.

Smacznego!

Pamiętaj o zachowaniu ostrożności i higieny. Posprzątaj po pracy kuchnię.