

»SADJE V KOZARCU«



Pri izbirnem predmetu Sodobna priprava hrane smo v sredo, 2.4.2025 pripravili okusne polnovredne sadno-žitne obroke. Recepte smo povzeli po publikaciji »Lahko jem sadje v kozarcu,« ki je dostopen na spletni povezavi: https://rak-ms.si/media/lahko_jem/Lahko_jem_sadje_vkozarcu.pdf

Učenci so spoznali, kako pripraviti različne kombinacije mlečno-žitnih in sadnih okusov z dodatkom začimb ter praženih lešnikov, in sicer (od leve proti desni):

1. Mlečna prosena kaša z gozdnimi sadeži in banano.
2. Mlečni riž z dodatkom ekološke limonine lupinice in mandarinami.
3. Vaniljev puding z dodatkom jabolčnega pireja in gozdnimi sadeži.
4. Pirin mlečni zdrob z jabolčno čežano in praženimi lešniki.

Pripravljene obroke smo sladkali z medom!

Najbolj me je presenetilo to, da so učenci z veseljem pojedli polnovredne obroke, ki so jih pripravili sami. Ostalo ni čisto nič!

Dragi starši, vabim vas, da si publikacijo shranite in s svojimi otroki pripravite »Sadje v kozarcu«!



Prispevek pripravila: Petra Rusjan, org. prehrane in učiteljica SPH-ja.