



ЧЕМ ЗАНЯТЬ
РЕБЕНКА ДОМА В
ВЫХОДНОЙ ДЕНЬ?

МАСТЕР-КЛАСС

с детьми



Проведите кулинарный мастер класс дома с детьми

Дети с большой радостью едят то, что приготовили сами, порой даже те блюда, которые они не любят.



ЧТО МОЖНО
ПРИГОТОВИТЬ С
ДЕТЬМИ?

Детям по вкусу!

Рецепты полезных блюд

ОВСЯНОЕ ПЕЧЕНЬЕ НА СКОВОРОДЕ

Ваш малыш раскапризничался и просит чего-то вкусенького? А на приготовление печенья в духовке нет времени? Это не проблема – полезное и вкусное овсяное печенье на сковороде! Не слышали? Мы расскажем!

Вам понадобится:

- 50 г овсяных хлопьев;
- 2 яичных белка;
- 1 ч. л. сахара;
- щепотка соли;
- немного корицы, какао, орехов или сухофруктов;
- сковорода iCook.



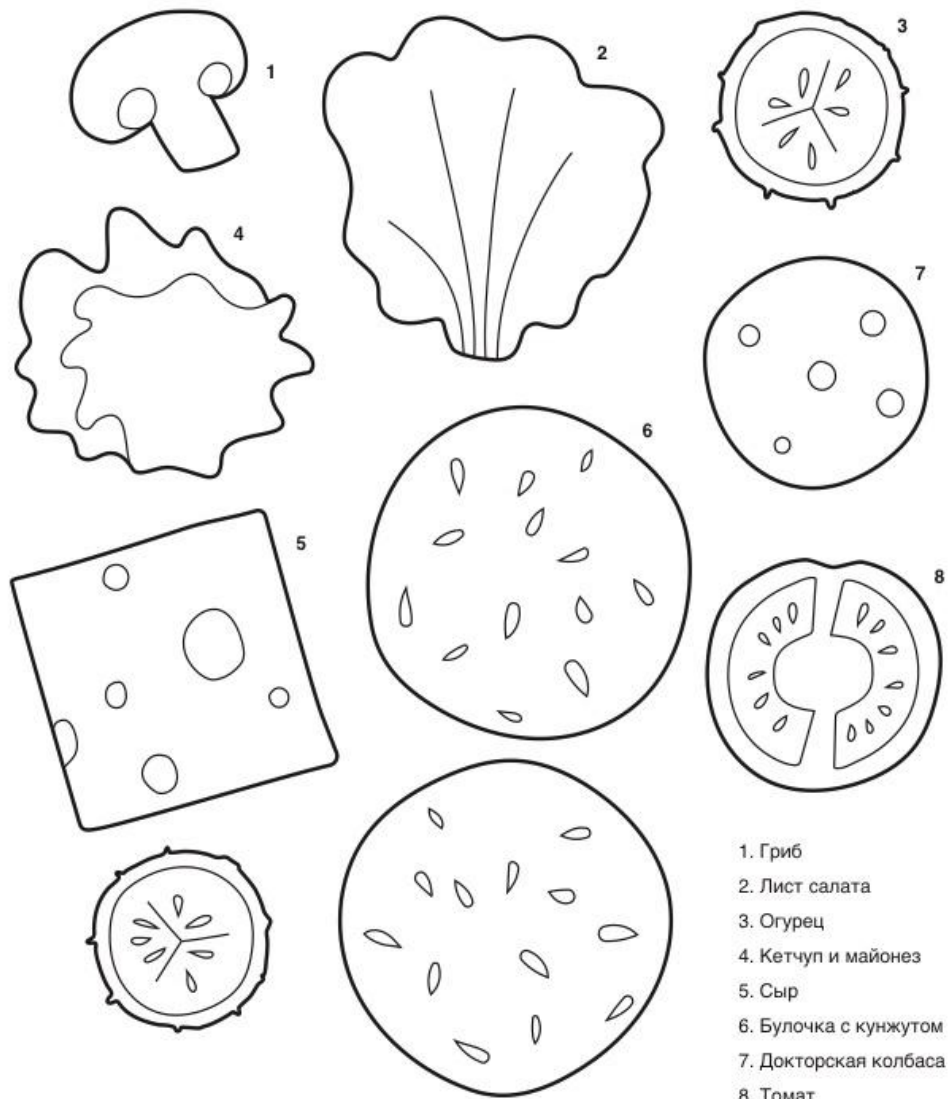
Приготовление:

- 1 Вовлеките детей в приготовление печенья, разрешите перемешать или отмерить нужное количество ингредиентов. Блендером или венчиком перемешиваем сахар с белками и солью. Затем добавляем сюда хлопья, перемешиваем. Сковородку слегка смазываем маслом и разогреваем (на сковороде iCook можно готовить и вовсе без масла).
- 2 Столовой ложкой выкладываем печенье на сковородку и обжариваем с двух сторон до золотистой корочки. Получится вкуснейшее, низкокалорийное овсяное печенье на сковороде.
- 3 Печенье можно украсить шоколадной пастой и кружочками банана, склеить половинки джемом или густой сметаной.

Этот рецепт печенья на скорую руку очень прост, Вам не понадобится духовка, так что каждый сможет быстро приготовить вкуснейшее лакомство. Готовьте и кушайте на здоровье!

Гамбургер

Перед мастер-классом заранее вырежьте предложенные ниже ингредиенты для бумажного гамбургера. На мастер-классе разложите эти бумажные овощи перед ребенком и предложите составить свой гамбургер. Для начала ингредиенты нужно раскрасить. Так малыш вместе с вами примет участие в приготовлении гамбургера, только безопасным и творческим образом. После того, как вы приготовите гамбургеры с его мамой, обменяйте детский бумажный гамбургер на настоящий.





Гамбургер:

- Фарш приготовить по вашему рецепту (говядина, телятина и курица), можно добавить зелени, моркови и геркулеса.
- Помыть и приготовить овощи и зелень.
- Предварительно приготовить булочки для гамбургеров.
- На сковороде обжарить небольшие котлетки для приготовления гамбургеров.
- Овощи порезать кольцами.
- Майонез можно приготовить собственными силами.
- Вместо кетчупа используем томатную пасту (или соус, который также можно сварить в сотейнике).



ПИЦЦА НА СКОВОРОДЕ

Пицца – прекрасное итальянское блюдо, которое покорило весь мир. Благодаря гармоничному соединению разнообразных компонентов она получается очень вкусной. Когда нет времени и желания готовить – на помощь приходит пицца. Она очень простая и не требует особых умений в кулинарии. За 10 минут на сковороде Вы приготовите великолепное угощение!

Вам понадобится:

- 2 стакана муки (можно использовать рисовую или гречневую);
- 1 яйцо;
- 1 ст. л. растительного масла;
- 100 мл молока;
- соль (по вкусу);
- сковорода iCook.



Для начинки можно использовать разные ингредиенты:

- томаты, колбаски, морепродукты, огурцы, сыр, бекон и т. д.

Главное в этом блюде – много сыра.

А можно сделать сладкую пиццу: добавьте вместо томатной пасты клубничный джем; выложите на тесто кружочки банана, кусочки шоколада и орехов.

Приготовление:

- 1 Смешайте в миске все компоненты. В итоге у Вас получится жидкое тесто, которое должно быть немного гуще, чем на блины.
- 2 Сковороду необходимо разогреть. Масло добавлять не обязательно, так как на сковороде iCook можно готовить без масла. Вылейте на сковороду тесто. Огонь нужно снизить до среднего.



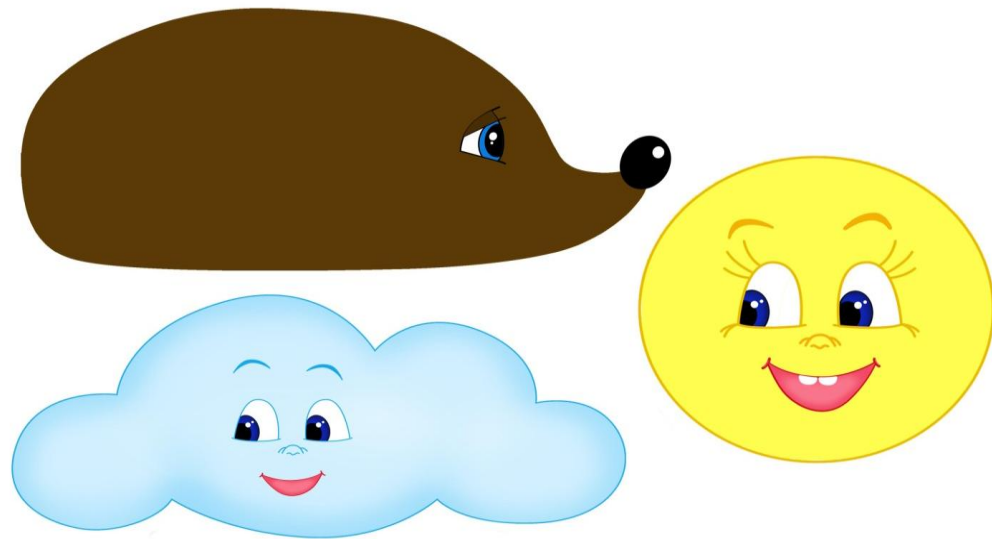
Веселые осьминожки из сосисок и спагетти



РАЗНОЦВЕТНОЕ МЕНЮ

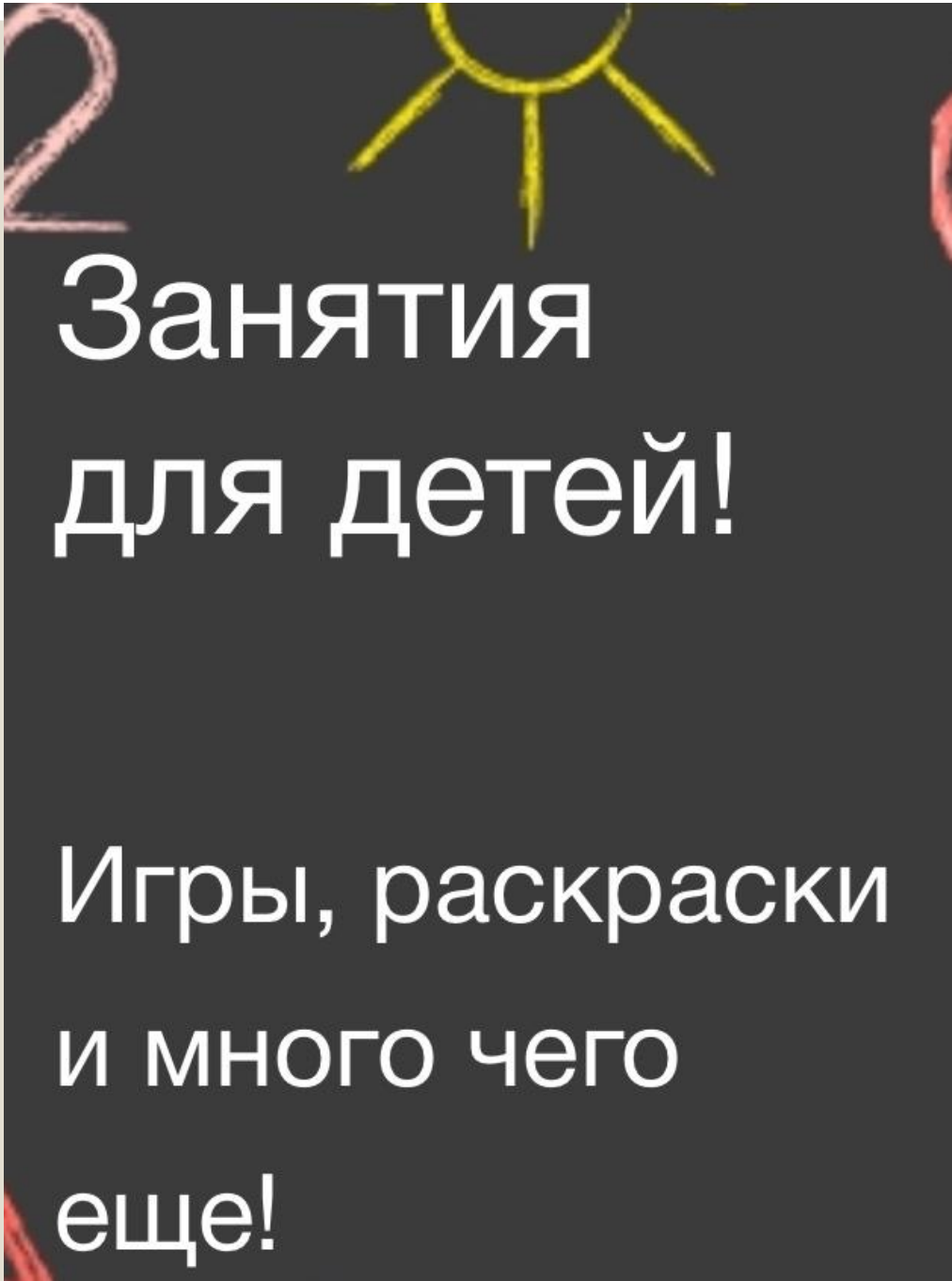
Предложите малышу составить меню из продуктов одного цвета. Для начала вместе решите, сколько продуктов будет входить в меню. Например, «Красное меню» из трех блюд: помидора, перца, свеклы.





Игры с прищепками

Вырезать из цветного картона силуэты – солнышко, ежик, облако, елочку. Для солнышка нужно желтые прищепки прицепить по кругу, облако – синие и т. д. Вариантов много разных. Также можно предложить ребенку посчитать прищепки. Эта игра также способствует развитию мелкой моторики.



Занятия для детей!

Игры, раскраски
и много чего
еще!



Бусы из макарон:

Макаронные изделия. Из них можно составлять различные узоры, делать поделки, нанизывать на нитку, как бусы. Благодаря такому виду деятельности развивается зрительное восприятие, мелкая моторика, чувство композиции.

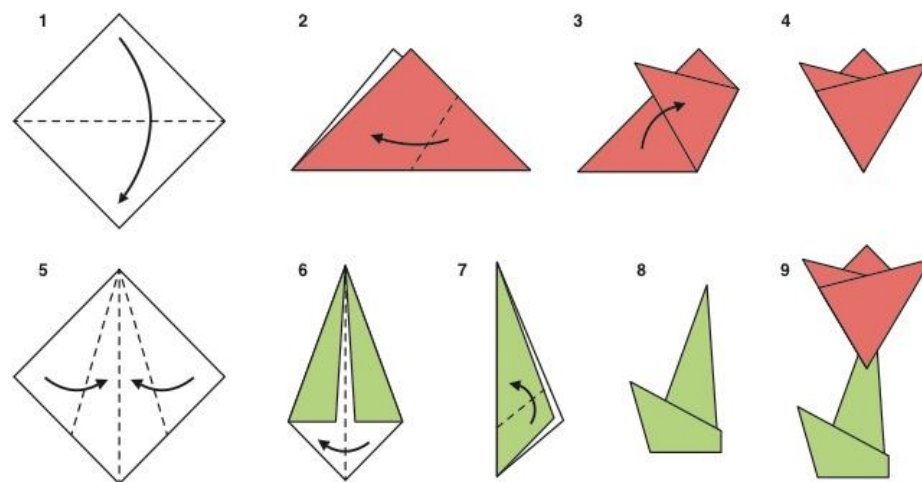
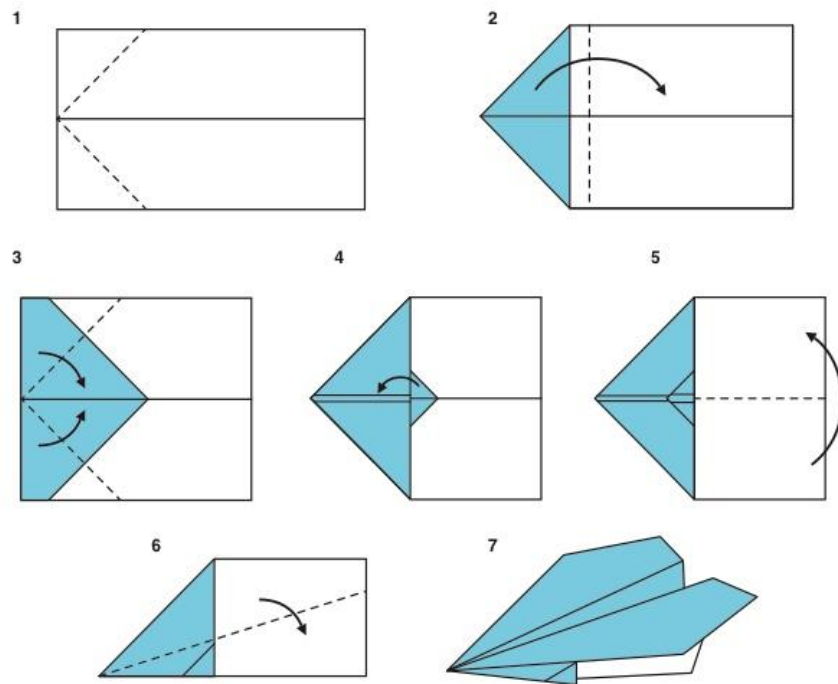
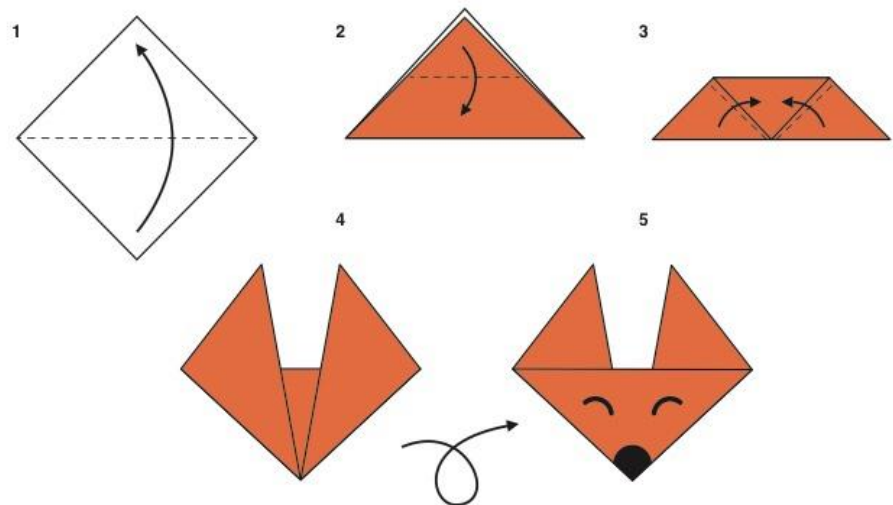
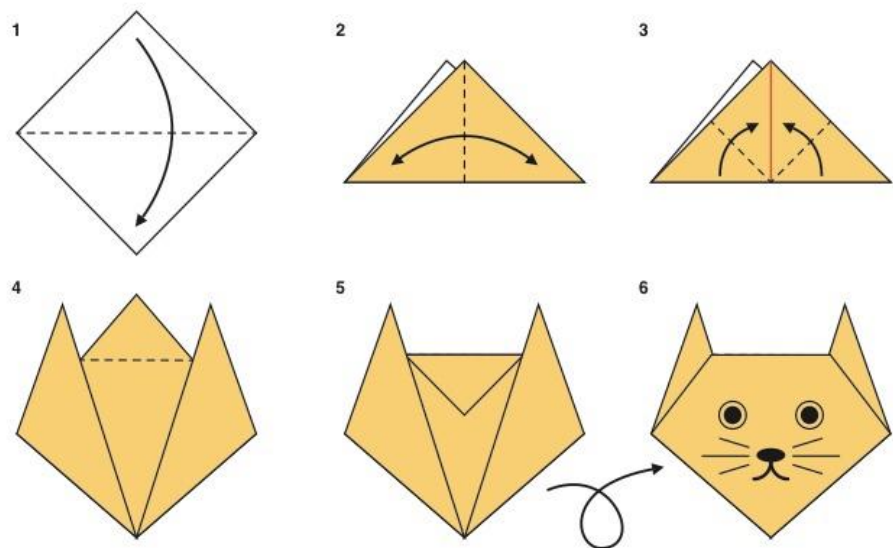


Оригами

Из бумаги можно сложить различные фигуры, которые ребёнок может использовать в других каких-то играх.

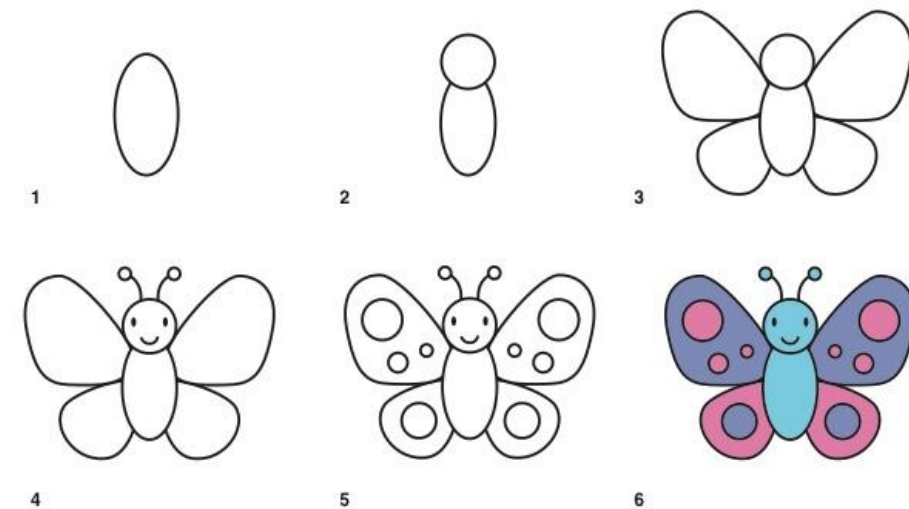
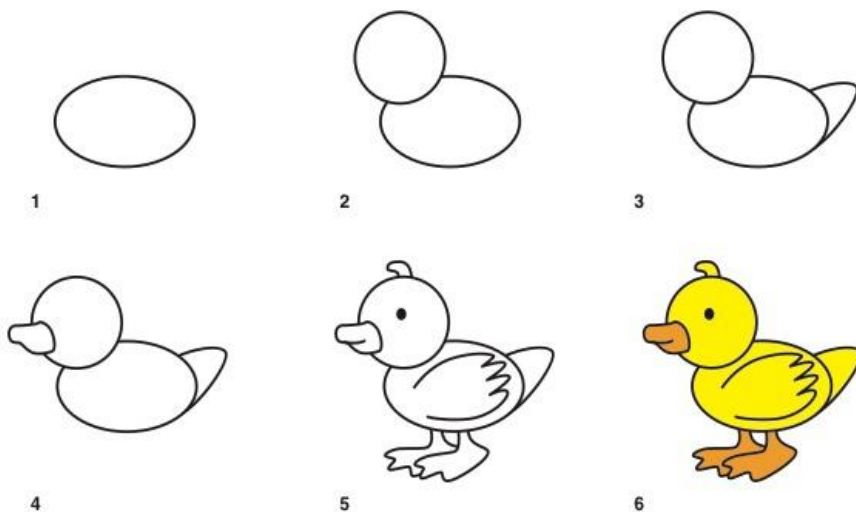
Оригами

Приготовьте белые или цветные листы бумаги и распечатайте инструкции по сборке оригами. Отдайте инструкции и бумагу ребенку — пусть он попробует собрать оригами с вашей помощью.



Учимся рисовать

Предложите ребенку научиться рисовать красивые картинки. Дайте ему эти пошаговые инструкции по рисованию и попросите рисовать по ним. Объясните, как это сделать.



Учимся рисовать

Предложите ребенку научиться рисовать красивые картинки. Дайте ему эти пошаговые инструкции по рисованию и попросите рисовать по ним. Объясните как это сделать.



Настольные игры с детьми

А что может быть для ребенка лучше, чем обучение с помощью занимательной игры? Игры позволяют детям легко освоить элементарные, на первый взгляд, правила поведения в трудных ситуациях.

<http://ds35.lbihost.ru>

Спасибо за внимание!

Если вам необходимы эти и другие материалы, на тему «Чем занять ребенка в выходной день», напишите мне пожалуйста обратитесь на сайт нашего МБДОУ, вкладка «Клуб молодых родителей», там будут расположены необходимые материалы