

Pecivo za škrate, otroke in vesele babice

Na Pohorje je legla decembrska noč. Škrat Bučko Kuharček je sedel sam v topli kuhinji in se veselil praznikov. Prevzeli so ga spomini: »O kako lepo smo včasih krasili božična drevesca in novoletne jelke! S PRAVIMI keksi!«

Babi, ki ni mogla spati, je prišla v kuhinjo po kozarec vode. Zaznala je Bučkove misli in pripomnila: »In zakaj jih ne bi krasili s pravimi keksi tudi letos?«

Ko je babi naslednji dan začela delati testo za kekse, je vprašala vnuke Štefa, Maksa in Ajro, ki so pri njej preživljali počitnice: »Boste vi naredili kekse za škrata Bučka Kuharčka ali jih raje jaz?«

Otroci so se razveselili. »MIMIMI!« so vzklikali.

Čarobni orehovi keksi

Za čarobne orehove kekse potrebuješ:

- pol kg moke (priporočam polnovredno pirino ali kamutovo moko)
- 20 dkg bio margarine ali rastlinske mast
- 10 dkg bio sladkorja ali sladilo po okusu
- 15 dkg mletih orehov (lahko pa tudi mandljev ali lešnikov)
- pol zavitka bio praška za vzhajanje
- nekaj soli
- pol žličke mletega cimeta
- pol žličke mletih klinčkov
- toliko bio jabolčnega soka, da se testo lahko poveže

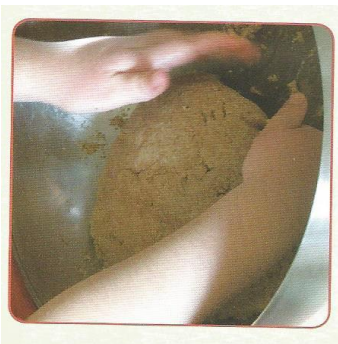


Za krasitev si pripraviš le uporabne sestavine: polovičke orehovih jedrc, sončnice, bučnice, mak, bistacije, sezam, zrnca pšene kaše, rozine, rezine suhega sadja, suhe brusnice, posušena zelišča.

Krhko testo narediš takole:

(testo lahko naredi starejši otrok ali kdo od odraslih)

1. Moko dobro premešaš z bio praškom za vzhajanje, dodaš še nekaj soli, cimeta in klinčkov.
2. Dodaš maščobo in rokami vse skupaj zdrobiš v enakomerno zmes.
3. Tej zmesi nato primešaš še sladilo in mlete oreške.
4. Na sredi zmesi narediš vdolbinico. Vanjo izliješ nekaj bio jabolčnega soka in vse skupaj zamesiš. Krhkega testa ne smeš predolgo mesiti.
5. Testo naj počiva na hladnem približno pol ure.



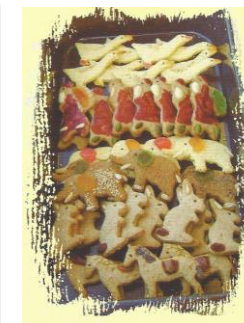
Otroke naj bi že zelo zgodaj vključevali v pripravo domačih jedi.

»KAR SE JANEZEK NAUČI, TO JANEZ ZNA!«


In tako narediš orehove kekse:

1. Največji pekač obložiš s papirjem za peko. Še bolje je, če pripraviš dva pekača. Pečico pa vklopiš na 180°C.
2. Na pomokani površini razvaljaš testo.
3. Iz razvaljanega testa oblikuješ različne oblike z modelčki, lahko pa tudi s kozarci ali z nožem. Izrezane kekse polagaš na pekač.

4. Če želiš, lahko kekse lepo okrašiš. Najprej keks pomazeš s čopičem, namočenim v vodi. Nato ga obložiš z naravnimi užitnimi okraski. Pomembno je, da okrasek v keks nekoliko vtisneš, sicer rad odpade.
5. Pekač s keksi postaviš v ogreto pečico in pečeš 15 do 20 minut. Skrbno paziš, da se keksi ne zažgejo.
6. Pečene kekse iz pekača previdno (ker so še mehki) preložiš na raven pladenj. Uporabi lopatko.
7. V ohlajene kekse z luknjico napelješ vrvice in jih obesiš na božično drevo ali novoletno jelko.



1. TEDEN (2. 12. 2019 – 6. 12. 2019)

	PONEDELJEK 2. 12. 2019	TOREK 3. 12. 2019	SREDA 4. 12. 2019	ČETRTEK 5. 12. 2019	PETEK 6. 12. 2019
ZAJTRK	Črni kruh, otročka pašteta brez konzervansov, planinski čaj	Polenta, mleko	Turist kruh, umešano jajce, kisla kumarica, čaj	Mlečni zdrob, kakavov posip	Polnozrnat kruh, poltrdi sir, paprika, čaj
MALICA	Sirova štručka, čaj kaki (ŠSZ) 	Turist kruh, pašteta, paradižnik, čaj, jabolko paprika (ŠSZ)	Kosmiči v posodi, mleko banana	Kvašeni Miklavž, kakav, jabolko	Polbeli kruh, kisla smetana, jabolko, domače korenje (ŠSZ)
KOSILO	Pečen piščanec, pražen krompir, rdeča pesa v solati	Špageti z mesno polivko, zelena solata*, sladoled	Goveji golaž, polenta, zeljna solata mandarina	Bistra juha z zvezdicami, zelenjavni riž s puranjim mesom, zelena solata z radičem	Zelenjavna enolončnica brez mesa, makovo pecivo s čokoladnim prelivom
POPOLD. MALICA	Krof	Sadni jogurt	Bombetka s posipom, čokoladno mleko	Medenjaki	Banana

Otroci imajo vsak dan na voljo sadje v sadni košarici v jedilnici.



ŠSZ – šolsko sadje, zelenjava. Sadje in zelenjava iz evropskega sistema razdeljevanja sadja in zelenjave v šolah.

ŠM – šolsko mleko. Mleko in mlečni izdelki iz evropskega sistema razdeljevanja mleka in mlečnih izdelkov v šolah.

V jedeh, kjer je živilo označeno z *, je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Informacije o vsebnosti alergenov v živilih ali jedeh na jedilniku so dostopne na seznamu jedi, ki se nahaja poleg jedilnika na oglasni deski v zgornjem delu avle šole

2. TEDEN (9. 12. 2019 – 13. 12. 2019)

	PONEDELJEK 9. 12. 2019	TOREK 10. 12. 2019	SREDA 11. 12. 2019	ČETRTEK 12. 12. 2019	PETEK 13. 12. 2019
ZAJTRK	Ajdov kruh, med, čaj	Kruh, pašteta, čaj	Kajzerica s sezamom, kakav	Kruh, topljeni sir, paradižnik, čaj	Grahamov kruh, tunin namaz, paprika, čaj
MALICA	Črni kruh, kisla smetana, marmelada*, bela kava, jabolko	Pirin zdrob* na domačem mleku, kakavov posip, banana	Turist kruh, štajerski namaz, nastrgan korenček, čaj paprika (ŠSZ) 	Hot dog s piščančjo hrenovko, gorčica, sok, jabolko (malica po izboru 5. b-razreda)	Štručka z zeliščnim maslom, čaj, jabolko lešniki (ŠSZ) 
KOSILO	Segedin golaž, polenta, marmorni kolač	Bistra juha z zakuho, pečen file morskega lista, krompirjeva solata s kumarami, kaki	Piščančji dunajski zrezek, dušeni riž, jogurtov preliv, solatni bife (zelena solata s koruzo, kislo zelje v solati, rdeča pesa v solati), (kosilo po izboru 5. b-razreda)	Enolončnica s stročnicami in z žiti brez mesa, cmoki z drobtinami in posipom	Čufti, pire krompir, čokoladica
POPOLD. MALICA	Čokoladni navihanček	Pirina bombetka	Sadni jogurt	Rogljiček	Masleno jabolčno rešeto

Otroci imajo vsak dan na voljo sadje v sadni košarici v jedilnici.

ŠSZ – šolsko sadje, zelenjava. Sadje in zelenjava iz evropskega sistema razdeljevanja sadja in zelenjave v šolah.

ŠM – šolsko mleko. Mleko in mlečni izdelki iz evropskega sistema razdeljevanja mleka in mlečnih izdelkov v šolah.

V jedeh, kjer je živilo označeno z *, je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Informacije o vsebnosti alergenov v živilih ali jedeh na jedilniku so dostopne na seznamu jedi, ki se nahaja poleg jedilnika na oglasni deski v zgornjem delu avle šole

3. TEDEN (16. 12. 2019 - 20. 12. 2019)

	PONEDELJEK 16. 12. 2019	TOREK 17. 12. 2019	SREDA 18. 12. 2019	ČETRTEK 19. 12. 2019	PETEK 20. 12. 2019
ZAJTRK	Črni kruh, maslo, marmelada, mleko	Turist kruh, umešano jajce, čaj	Koruzni kosmiči, mleko	Grahamov kruh, šunka, paprika, čaj	Beli kruh, različni namazi, čaj
MALICA	Koruzni kruh, poltrdi sir, paprika, čaj mandarina (ŠSZ) 	Črni kruh, maslo*, domači med, čaj, jabolko Nehomogenizirano pasterizirano mleko (ŠM)	Rženi mešani kruh iz krušne peči, kuhan pršut, kisla kumara, čaj, jabolko	Mlečni riž na domačem mleku, cimetov/čokoladni posip, banana	Temni francoski kruh, bio kefir* z okusom breskve, jabolko
KOSILO	Puranji trakci v vrtnarski omaki, riž, kitajsko zelje v solati, rezina ananasa	Kislo zelje, zabeljen fižol, pečenica, keksi	Pasulj, domači buhtlji	Kremna zelenjavna juha z zakuho, piščančji zrezek v omaki, koruzni svaljki, zeleno solata z radičem	Makaronovo meso z junetino, parmezan, rdeča pesa v solati, domači puding
POPOLD. MALICA	Puding	Pomaranča	Sadni jogurt	Čokoladni navihanček	Banana

Otroci imajo vsak dan na voljo sadje v sadni košarici v jedilnici.

ŠSZ – šolsko sadje, zelenjava. Sadje in zelenjava iz evropskega sistema razdeljevanja sadja in zelenjave v šolah.

ŠM – šolsko mleko. Mleko in mlečni izdelki iz evropskega sistema razdeljevanja mleka in mlečnih izdelkov v šolah.

V jedeh, kjer je živo označeno z *, je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Informacije o vsebnosti alergenov v živilih ali jedeh na jedilniku so dostopne na seznamu jedi, ki se nahaja poleg jedilnika na oglasni deski v zgornjem delu avle šole

4. TEDEN (23. 12. 2018 – 24. 12. 2018)

	PONEDELJEK 23. 12. 2019	TOREK 24. 12. 2019	SREDA 25. 12. 2019	ČETRTEK 26. 12. 2019	PETEK 27. 12. 2019
ZAJTRK	Makova štručka, kakav	Kruh, različni namazi, čaj			
MALICA	Sirov burek, čaj, jabolko Navadni jogurt (ŠM)	Potica, božični čaj Mandarina (ŠSZ) 			
KOSILO	Bograč, domače biskvitno pecivo s sadjem	Zelenjavna rižota s piščančjim mesom, rdeča pesa v solati			
POPOLD. MALICA	Sirova štručka	Božični sadni jogurt			

Otroci imajo vsak dan na voljo sadje v sadni košarici v jedilnici.

ŠSZ – šolsko sadje, zelenjava. Sadje in zelenjava iz evropskega sistema razdeljevanja sadja in zelenjave v šolah.

ŠM – šolsko mleko. Mleko in mlečni izdelki iz evropskega sistema razdeljevanja mleka in mlečnih izdelkov v šolah.

V jedeh, kjer je živilo označeno z *, je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Informacije o vsebnosti alergenov v živilih ali jedeh na jedilniku so dostopne na seznamu jedi, ki se nahaja poleg jedilnika na oglasni deski v zgornjem delu avle šole