



OLGIČINA RECIKLIRANA KUHARIJA 2021/2022

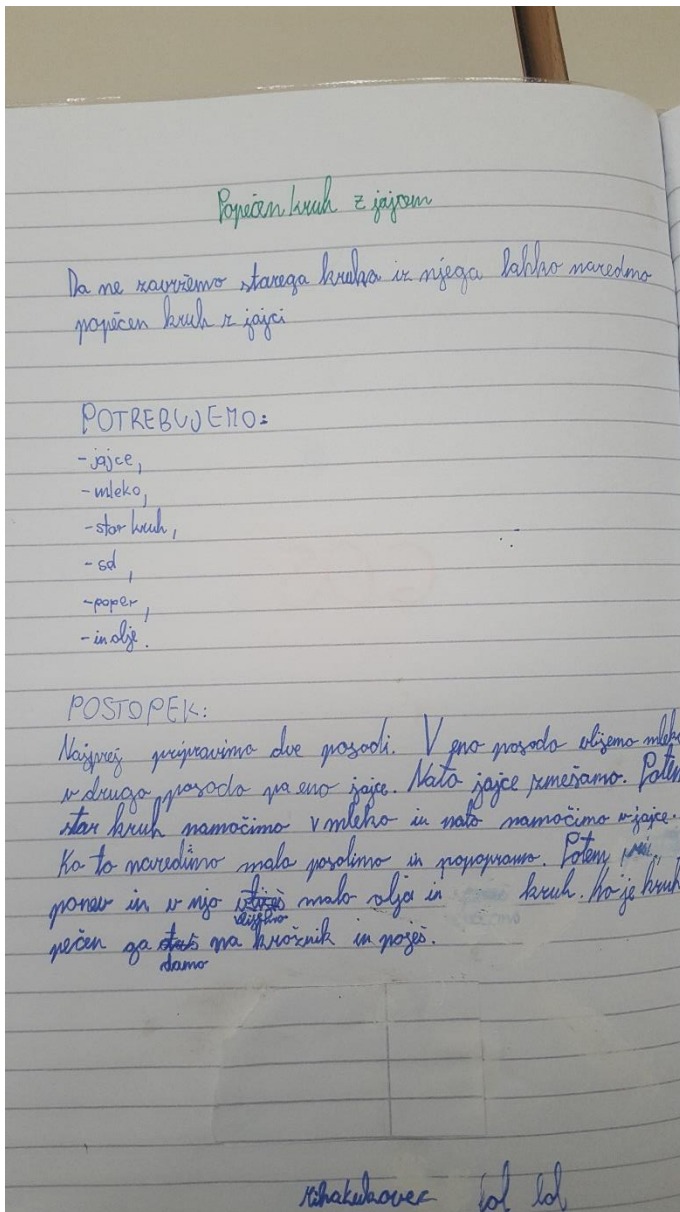
(Pripravili učenci 4. in 6. razredov)



Učenci 6. b razreda

ZAJTRK

RECIKLIRANA JED: Stare rezine kruha



POPEČEN KRUH Z JAJCEM

Da ne zavrzemo starega kruha iz njega lahko naredimo popečen kruh z jajci.

SESTAVINE:

- 1 jajce
- 1 dl mleka
- stari kruh
- ščepec soli
- ščepec popra
- malo olja

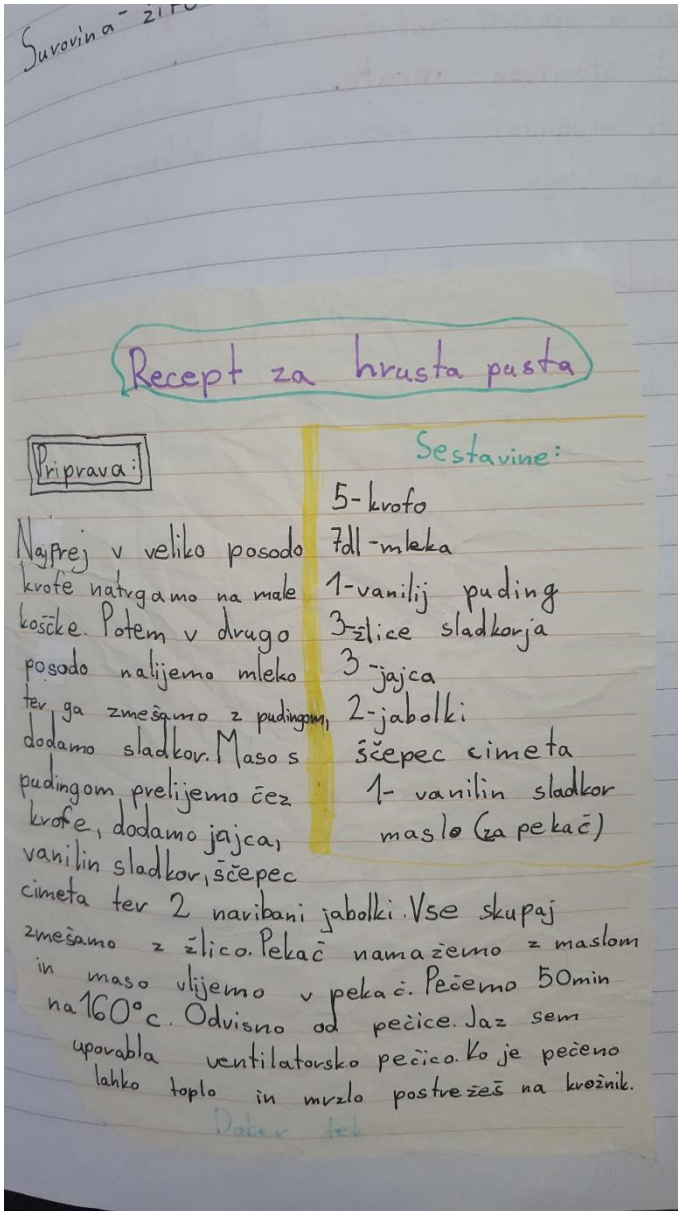
POSTOPEK:

Najprej pripravimo dve posodi. V eno posodo damo mleko, v drugo posodo pa strto jajce, ki jo zmešamo. Star kruh namočimo najprej v mleko ter nato v jajce. Vse skupaj malo posolimo in popoprano. V namaščeni ponvi spečemo kruh, tako da je na obeh straneh lepo zapečen. Dober tek!

Recept pripravil: Miha Kukovec, 6. a

SLADICA

RECIKLIRANA JED: krofi



RECEPT ZA HRUSTA PUSTA

SESTAVINE:

- 5 starih krofov
- 7 dl mleka
- 1 vanilin puding
- 3 žlice sladkorja
- 3 jajca
- 2 jabolki
- ščepec cimeta
- 1 vanilin sladkor
- maslo (za pekač)

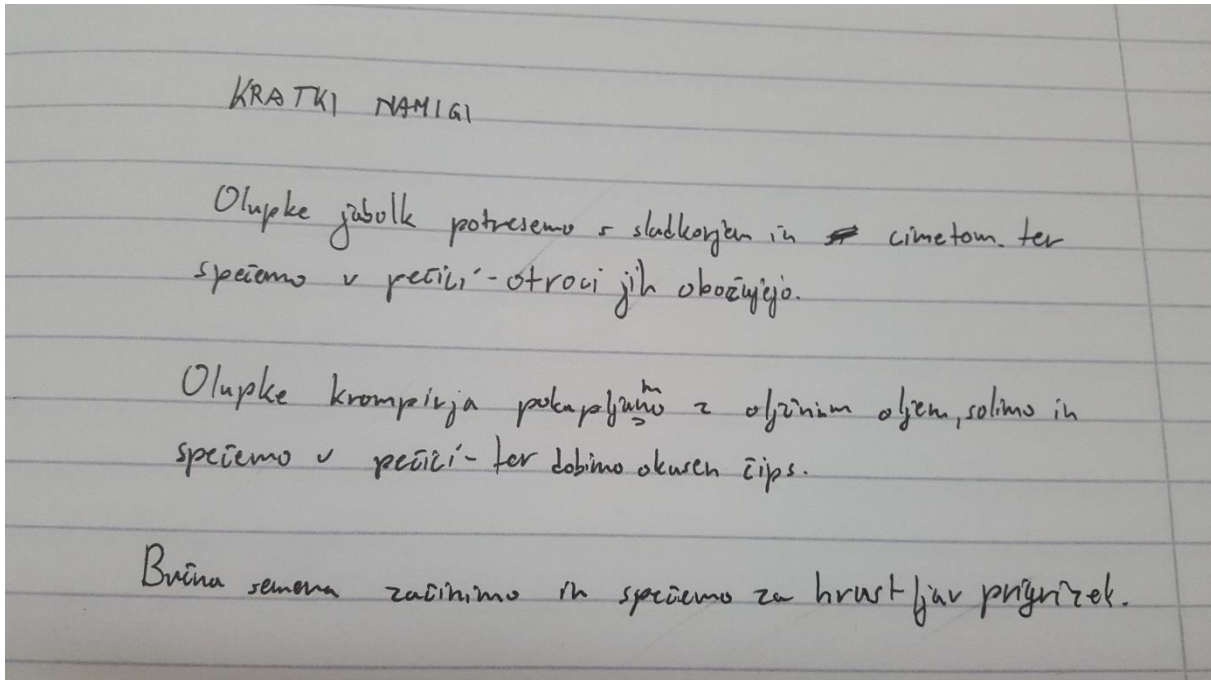
PRIPRAVA:

Najprej v veliko posodo natrgamo krofe na male koščke. Potem v drugo posodo nalijemo mleko ter ga zmešamo s pudingom, dodamo sladkor. Maso s pudingom prelijemo čez krofe, dodamo jajca, vanilin sladkor, ščepec cimeta ter 2 naribani jabolki. Vse skupaj zmešamo z žlico. Pekač namažemo z maslom in maso vlijemo v pekač. Pečemo 50 min na 160°C (ventilatorska pečica). Ko je jed pečena, jo lahko toplo ali mrzlo postrežeš na krožnik.

Recept pripravila: Eli Tement

PRIGRIZEK

RECIKLIRANE JEDI: Olupki jabolk, olupki krompirja, bučna semena



NAMIG ŠT. 1: ČIPS IZ KROMPIRJEVIH OLUPKOV

SESTAVINE:

- krompirjevi olupki
- oljčno olje
- sol

POSTOPEK:

Olupke krompirja pokapljamo z oljem, solimo in spečemo v pečici do blede rjave barve. Dober tek!

NAMIG ŠT. 2: PEČENI JABOLČNI OLUPKI

SESTAVINE:

- jabolčni olupki
- sladkor
- cimet

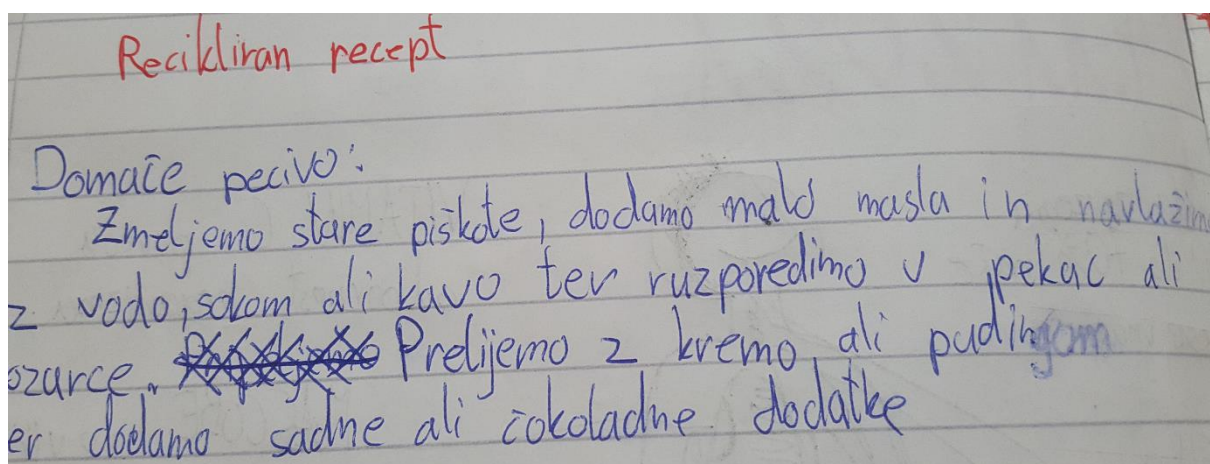
POSTOPEK:

Jabolčne olupke potresemo s sladkorjem in cimetom ter jih spečemo v pečici. Otroci jih obožujejo!

Recept pripravila: Ema Ganzer

SLADICA

RECIKLIRANA JED: stari piškoti



DOMAČE SLASTNO PECTIVO

SESTAVINE:

- stari piškoti
- maslo
- voda
- sok ali kava
- puding krema
- sadje/čokolada

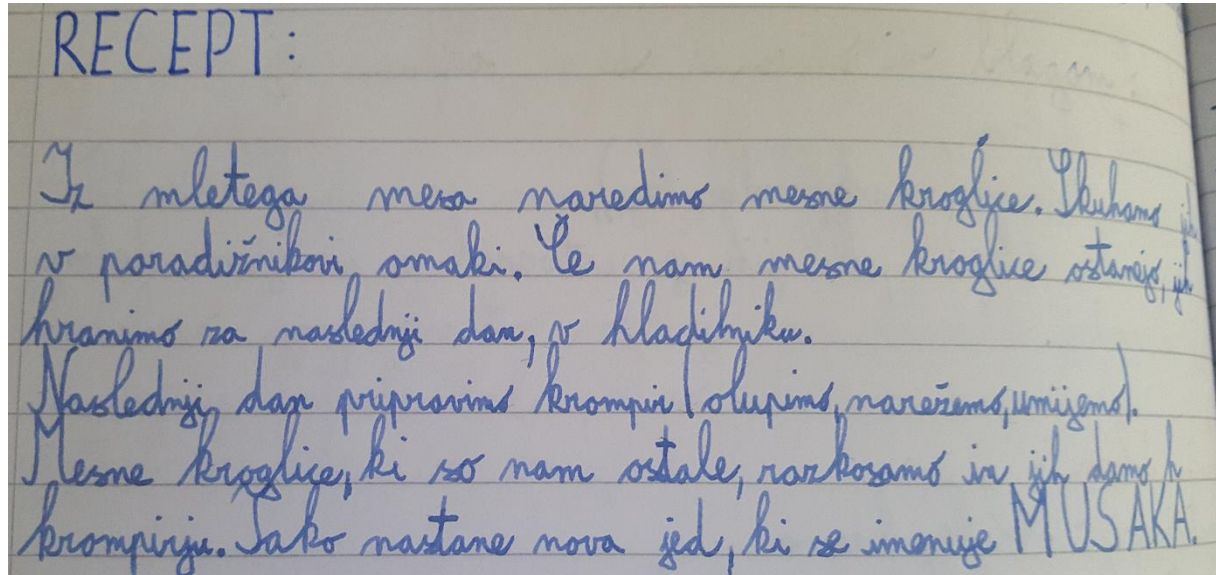
POSTOPEK:

Stare kekse zmeljemo, dodamo malo masla in vode, soka ali kave ter razporedimo po pekaču ali damo v kozarec. Prelijemo z pudingom ter po želji dodamo sadne ali čokoladne dodatke.

Recept pripravila: Nuša Arnuš

KOSILO

RECIKLIRANA JED: Mesne kroglice v paradižnikovi omaki



MESNA ČAROVNIJA

SESTAVINE:

- mesne kroglice, ki so nam ostale od kosila
- krompir
- poper
- sol
- olje
- razne začimbe

POSTOPEK:

Krompir narežemo na kolobarje in ga položimo na namaščen pekač. Dodamo poljubne začimbe. Na krompir položimo razkosane mesne kroglice z omako, ki nam je ostala od kosila, to ponovimo 3 krat. Jed pečemo približno pol ure na 180 °C. Jed po potrebi med pečenjem zalijemo z malo vode.

Recept pripravila: Samanta Gabrovec

KOSILO

RECIKLIRANA JED: palačinke

GALOVE FRITATE

SESTAVINE

1 čebula
4 žlice olivnega olja
1 večji por
5 mladih korenčkov
sol, poper
1 žlica paradižnikovega koncentrata
malo vode

POSTOPEK

Čebulo olupimo in na drobno sesekljamo. V večji kozici segrejemo malo olivnega olja, na katerem prepražimo čebulo, da postekleni. Zalijemo jo z enim decilitrom vode in pustimo kuhati na zmernem ognju. Por zrežemo na kolobarje. Korenček ostrgamo in ga stresemo v kozico, dolijemo liter vode in solimo. V kozico damo paradižnikov koncentrat, premešamo in kuhamo 20 minut.

Palačinke narežemo na tanke rezance, te pa položimo v krožnike za juho. Po palačinkah prelijemo kuhano juho z zelenjavo in postrežemo.

Recept pripravil: Gal Hlupič



Šestošolci pripravljajo palačinke.

KOSILO

Reciklirana jed: star kruh

KRUHOVI CMOČKI

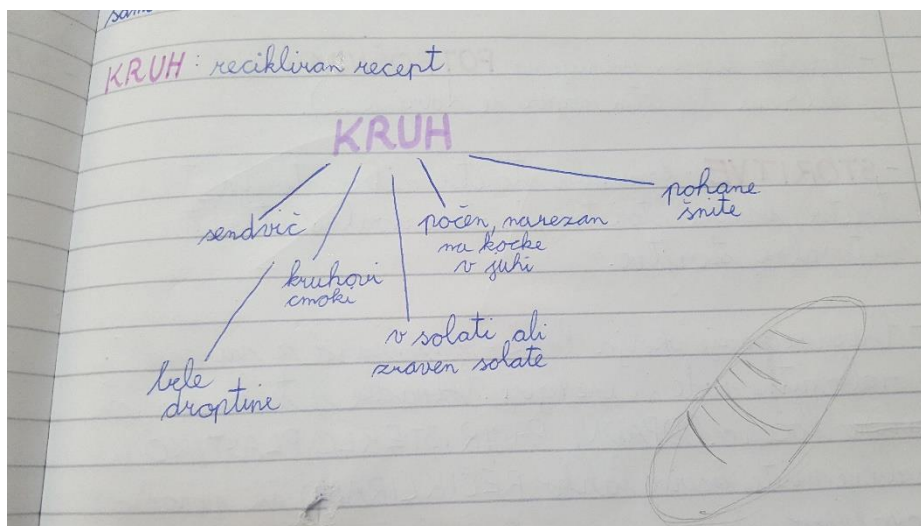
SESTAVINE:

300 g starega kruha
3 žlice moke
2 jajci
250 ml mlek
ščepl peteršilja
1,5 žlice olja
majhna čebula
popper
sol

POSTOPEK:

Iz kruha, ki nam je ostal in ostalih sestavin naredimo zmes, ki jo oblikujemo v cmoke. Nato cmoke kuhamo v rahlo osoljeni vodi na zmerni temperaturi približno 10-15 minut. Pripravimo jih na krožniku kot prilogo, odlično se poda k raznim omakam.

Recept pripravila: Pia Peršuh

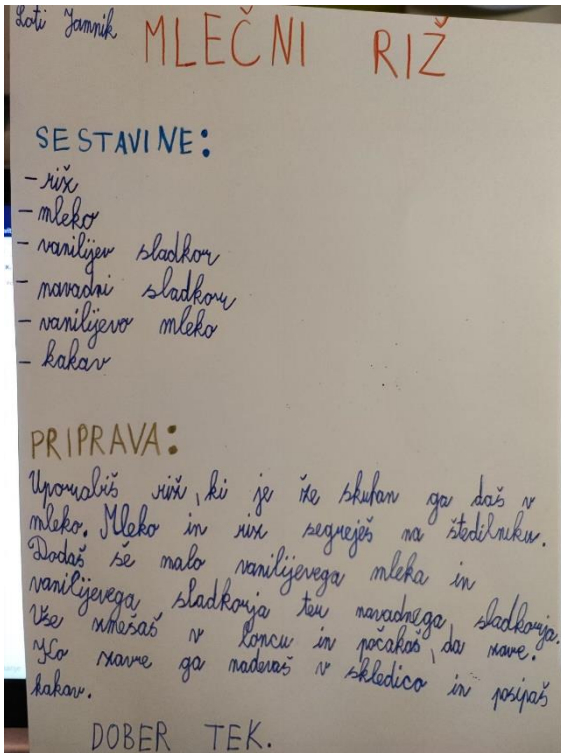


*Najvišji ideal: Mir na zemlji, **kruh** in prijateljstvo med ljudmi!*

ZAJTRK/MALICA

Reciklirana jed: riž

MLEČNI RIŽ



SESTAVINE:

- riž
- mleko
- vanilijev sladkor
- navadni sladkor
- vanilijevo mleko
- kakav

PRIPRAVA:

Uporabiš riž, ki je že skuhan in ga daš v mleko. Mleko in riž segreješ na štedilniku. Dodaš še malo vanilijevega mleka in vanilijevega sladkorja ter navadnega sladkorja. Vse zmešaš v loncu in počakaš, da zavre. Ko zavre ga nadevaš v skledico in posipaš kakav.

Recept pripravila: Loti Jamnik



Četrtošolke pri pripravi mlečnega riža.

Recikliraj in profitiraj, dobre navade pridobivaj!



Šestošolke vam želimo dober tek!