



---

# „KULINARNY HIT TRÓJKI”

---

## DANIE GŁÓWNE



**2022/2023**



# **BURGERY WOŁOWE**

## **SKŁADNIKI NA 4 KOTLETY:**

- Ok. 0,5 kg wołowiny;
- 1 płaska łyżeczka soli;
- 0,5 płaskiej łyżeczki pieprzu.

## **POZOSTAŁE SKŁADNIKI:**

- 4 bułki do burgerów;
- Duży pomidor malinowy;
- Ser topiony Hochland;
- 2 ogórki kiszone;
- Garść rukoli;
- Kilka listków sałaty;
- Majonez;
- Ketchup.



## **SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:**

- Mięso mielone dobrze wymieszać z przyprawami i uformować 4 płaskie kotlety,
- Kotlety smażyć na dobrze nagrzanej patelni (najlepiej grillowej), nie dłużej niż po 3 min. na stronę,
- Bułki do burgerów przekroić na pół i podpiec kilka minut w piekarniku,
- Wymieszać ze sobą kilka łyżek majonezu i kilka łyżek ketchupu na sos do burgerów,
- Złożyć burgery: obie połówki posmarować sosem, następnie na jedną połówkę ułożyć sałatę, usmażonego kotleta, plaster sera Hochland, plaster pomidora, plaster ogórka, kilka listków rukoli i przykryć drugą połówką bułki.

Teraz można....  
ZJEŚĆ BURGERA

*Igor Bobkiewicz kl. 3e*



# PIEROGI Z SEREM I ZIEMNIAKAMI

## SKŁADNIKI NA FARSZ:

- 250g sera białego;
- 500g ziemniaków;
- 2 cebule;
- Masło.

## SKŁADNIKI NA CIASTO:

- 500g mąki;
- 1 jajko;
- Roztopione masło;
- 1 szklanka ciepłej wody;
- Sól.



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- Ugotowane ziemniaki łączymy z serem i podsmażoną cebulką,
- Do mąki dodajemy 1 jajko, roztopione masło, szklankę ciepłej wody i szczyptę soli,
- Zagniatamy ciasto, wałkujemy i wycinamy kółka, zlepimy i gotujemy w osolonej wodzie, aż do wypłynięcia na wierzch.

SMACZNEGO

*Hanna Prusinowska kl. 2e*



## ZUPA - KREM CZOSNKOWY

### SKŁADNIKI (na 4 porcje):

- 2 główki czosnku;
- 4 duże ziemniaki;
- 2 średnie cebule;
- 1,5 litra bulionu warzywnego;
- 1 opakowanie serka mascarpone;
- 300 g śmietany 30%;
- 1/4 kostki masła do smażenia;
- 1/2 łyżka suszonego tymianku;
- sól, biały pieprz.



### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- Ziemniaki umyć, obrać ugotować i zrobić puree,
- Czosnek obrać i pokroić,
- Cebulę pokroić,
- Czosnek i cebulę wrzucić na patelnię i przysmażyć na klarowanym maśle,
- Przysmażoną cebulę i czosnek przełożyć do innego garnka. Zalać bulionem. Dodać ziemniaki serek mascarpone. Zmiksować,
- Dodać soli, białego pieprzu i tymianku do smaku.

**Krem czosnkowy gotowy!**

- Dodać grzanki, przystroić selerem. Podawać na ciepło.

SMACZNEGO

*Aleksander Szymański 4a*





# TORTILLA BARTKA

## SKŁADNIKI:

- 1 placek tortilli;
- 1 pomidor;
- 2 jajka od kurki;
- 1 cebula i ogórek;
- Majonez;
- Sos słodko-pikantny;
- Ser żółty potarty;
- Surówka z młodej kapusty;
- Mięso z kurczaka.



SMACZNEGO

*Bartosz Mrozik kl.5c*



# RYŻ Z KURCZAKIEM W SOSIE SOJOWYM

## SKŁADNIKI:

- 700g piersi z kurczaka;
- Sos sojowy;
- Kukurydza;
- Papryka mielona;
- Czosnek w proszku;
- Świeża papryka;
- Miód;
- Sok z cytryny;
- 2 woreczki ryżu.



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- Kroimy kurczaka w kostkę
- dodajemy 1 łyżeczkę papryki mielonej, 1 łyżeczkę czosnku w proszku, 2 łyżki sosu sojowego i wszystko razem mieszamy,
- Smażymy kurczaka przez około 10 minut ciągle mieszając aż się usmaży,
- Do usmażonego kurczaka dodajemy łyżkę miodu i chwilę smażymy,
- W międzyczasie gotujemy 2 woreczki ryżu,
- Następnie kroimy całą paprykę w kostkę i podsmażamy ją na tej samej patelni co kurczaka,
- Do papryki dodajemy kukurydzę, kurczaka i ryż,
- Wszystko mieszamy i dodajemy sok z połowy cytryny i 2 łyżki sosu sojowego,
- Dodajemy łyżkę miodu i wszystko razem mieszamy.

**GOTOWE** 😊

**SMACZNEGO**  
**Dominika Józefiak**



# PIZZA

## SKŁADNIKI NA CIASTO:

- 300 g mąki pszennej lub pszennej chlebowej;
- 187ml szklanki ciepłej wody;
- 20 g świeżych drożdży;
- 1/2 łyżeczki cukru;
- 1,5 łyżki oliwy;
- 1/2 łyżeczki soli.

## DODATKI NA PIZZE:

- Papryka;
- dużo sera;
- kukurydza;
- dużo pieczonego kurczaka;
- fioletowa cebulka.



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- Z podanych składników wyrabiamy ciasto na pizze, zostawiamy na 40/60 min., aby wyrosło,
- Z wyrośniętego ciasta formujemy placki pizzy, smarujemy sosem pomidorowym,
- Na gotowym cieście układamy swoje ulubione składniki, moje to: papryka, dużo sera, kukurydza, dużo pieczonego kurczaka i fioletowa cebulka,
- Wkładamy do piekarnika z termoobiegiem rozgrzanego do 250 stopni Celsjusza.

**Gotowe!**

SMACZEGO

*Antoni Prusinowski 3b*



# MAKARON W SOSIE POMIDOROWO ŚMIETANKOWYM

## SKŁADNIKI DLA 4 OSÓB:

- Makaron;
- Cebula;
- Pieczarki;
- 1/3 Cukinii;
- Śmietanka 12 %;
- Koncentrat pomidorowy;
- Szcypiorek;
- Woda;
- Oliwa;
- Mąka.



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

- Zaczynamy od pokrojeniu cukini, pieczarek oraz cebuli w kosteczkę,
- Następnie pół makaronu z paczki gotujemy przez Ok. 10 min,
- Ugotowany makaron odcedzamy przez durszlak i odstawiamy,
- Na patelni rozgrzewamy olej i wrzucamy na patelnie pokrojone warzywa,
- Przyprawiamy solą i pieprzem,
- Smażymy przez 20– 25 min, aż zmiękną,
- W małej miseczce mieszamy pół małego słoiczka koncentratu pomidorowego i śmietankę 12 % (na oko) i dolewamy 3 łyżki zimnej wody,
- Przygotowanym sosem zalewamy usmażone warzywa,
- Gotujemy przez 5 min warzywa z sosem,
- Następnie do pół szklanki wody wrzucamy jedną łyżkę mąki i mieszamy by nie było grudek,
- Przygotowaną wodę z mąką użyjemy do zagęszczenia sosu, po troszeczkę dolewamy do sosu dokładnie przy tym mieszając,
- Do gotowego sosu dodajemy ugotowany wcześniej makaron,
- Wszystko dokładnie ze sobą mieszamy i mamy gotowe do spożycia.

SMACZEGO 😊

*Aleksandra Parniewicz 8a*





## ZIELONA SAŁATKA

### SKŁADNIKI:

- 300g piersi z kurczaka;
- 1 łyżeczka przyprawy do kurczaka;
- 1 łyżka oleju;
- 1 ogórek;
- 2 garście drobno pokrojonych liści sałaty lodowej;
- 10 pomidorków koktajlowych;
- 1 awokado;
- 2 jajka ugotowane na twardo;
- 1 łyżka soku z cytryny;
- 3 łyżki gęstego jogurtu;
- 1 łyżka majonezu;
- Sól i pieprz.



SMACZNEGO

*Julia Rajewska 5a*