

Pouk na daljavo

SODOBNA PRIPRAVA HRANE

3. TEDEN (30. 3. – 3. 4. 2020)

Dragi SPF-jevec!

Spet je nov teden in pred tabo že novi izzivi. Tokrat bo vaša naloga sodelovanje v izzivu Mali šef Slovenije (navodila so še enkrat v nadaljevanju).

**Kdor ne želi sodelovati**, naj vseeno skuha jed, jo poslika in napiše recept in mi vse to pošlje. Samo ne bom vrednotila in pošiljala nikamor, če ne želiš! Samo napiši mi, da ne sodeluješ.

Rok za pošiljanje receptov in fotografij za predizbor: 8. 4. 2020

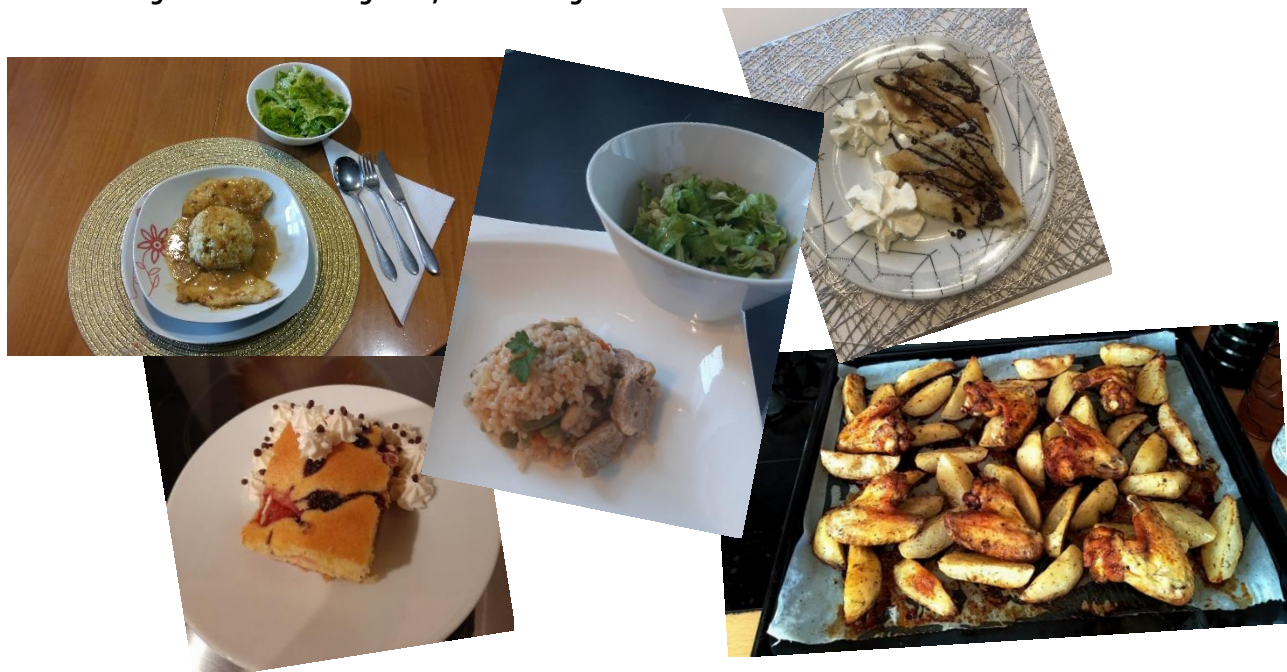
Moj naslov: [maja.grenko@guest.arnes.si](mailto:maja.grenko@guest.arnes.si).

Želim ti lep teden.  
Maja Grenko

MOJI KRITERIJI, po katerih bom izbirala najboljše recepture:

Kriteriji	točke	Opis
1. Izvirnost/ okusnost jedi	do 10 točk	Jed je izvirna ali tradicionalna – nadgrajena s kreativnostjo kuharja, letnemu času primerna, prednost imajo lokalne sestavine
2. Receptura	do 10 točk	Recept mora imeti naslov, sestavine (in količine), opis priprave. Napisan je lahko na računalnik ali rokopisno
3. Fotografija jedi	do 10 točk	Posneta fotografija naj bo estetska in kreativna, taka, ki deluje vabljivo in nam dobro predstavi jed (primerno servirana in dekorirana).

Nekaj čudovitih jedi, ki ste jih že skuhali:





## »Mercatorjev Mali šef - kuhanje je kul«

**Dragi moji SPH-jevci!**

**Da vam doma ne bo dolgčas, sem se odločila, da sodelujemo na natečaju »Mercatorjev Mali šef - kuhanje je kul«.** (Torej to ni isto kot sodelovanje v Malem šefu, gre bolj za kuhanje od doma!!)

**Kaj je vaša naloga:**

1. S pomočjo kulinarčno izkušenih družinskih članov (starši, stari starši) poiščite en res kul recept.
2. Recept zapišite in mi ga pošljite (naslov recepta; natančne sestavine; navodilo za pripravo; vir recepta)
3. Skuhajte ali specite jed in mi pošljite fotko: [maja.grenko@guest.arnes.si](mailto:maja.grenko@guest.arnes.si). Moja naloga je, da izberem najboljše recepte in jih pošljem naprej.
4. Rok za oddajo je 10. 4. (ampak vaše fotografije in recepte potrebujem čimrej). Več o natečaju pa si lahko preberete v spodnjem dopisu.
5. Na zgornji mail mi čimprej sporočite, če bi kdo bi želel sodelovati, da bom vedela.

**Ostanite zdravi in vse dobro vam želim,  
učiteljica Maja Grenko**

**Več o izzivu:** <https://www.mercator.si/aktualno-pri-sosedu/mali-sef-slovenije-2020/mercatorjev-mali-sef-kuhanje-je-kul/>

**DOPIS :**

**Šole, pokažite nam svoje mojstrovine!**

K sodelovanju vabimo osnovnošolce, ki obiskujejo predmet **sodobna priprava hrane**. Sedaj, ko so otroci doma, jih lahko učitelji povabite, da sami kuhajo in vam posredujejo recepte. Vabimo vas, da povabite svoje učence, da vam **pošljejo svoje recepte, vi pa izberete najboljše po svoji presoji in jih posredujete nam. Še vedno potrebujemo recept in fotografijo pripravljenega recepta. Če imate že kar koli na voljo, pa nam tudi pošljite.**

Prispele recepte bomo objavili na Mercatorjevem Instagram profilu, kjer bo potekalo tudi glasovanje za najboljši recept.

Izmed vseh objavljenih receptov jih bomo 30 z največ všečki obdarili z darilno kartico v vrednosti 100€. To pa še ni vse! Osem šol se bo s svojim receptom podalo v finalni krog tekmovanja. Med seboj se bodo pomerili v dvoboju, končni zmagovalec pa prejme glavno nagrado - darilno kartico v vrednosti 500 €. Najbolj zanimivi recepti bodo objavljeni tudi v nekaterih revijah in spletnih portalih

## POHORSKA OMLETA



BOGOR

*Kj. receptas:*  
*Časnik Nedela, 29. 1. 2012: Recept za*  
*originalna pohorska omeleta.*

*Bogataj, J., 2000: KUHINJA SLOVENIJE:*  
*MOJSTROVINE NOVE KUHARSKE*  
*UMETNOSTI, Ljubljana, Rokos*

BOGOR

### Potrebujemo:

3 jajca  
3 žlice sladkorja  
3 poravnane žlice moke  
3 žlice vložnih brusnic  
1 sladka smetana  
sladkor v prahu

### Priprava:

Ločimo beljake in rumenjake. Rumeniake in sladkor penasto zmešamo. Beljake stepemo v trd sneg. Rumeniakom primešamo najprej 2 žlici snega, nato vmešamo moko in na koncu previdno še preostali sneg. Okrogel model namažemo z maslom in potresemo z moko in napolnimo z jajčno maso. Pečico ogrejemo na 210 °C in pečemo 10 do 12 minut.

Pečeno omeleta po polovici premažemo z brusnicami. Prepognemo in jo potresemo s sladkorjem v prahu. Okrasimo s stopeno smetano ter gozdnimi sadeži.

BOGOR