

detkityumen.ru

## Еда – приключение, а не мучение!

В самоизоляции с детьми есть две очевидные трудности – чем занять активного малыша и как разнообразить меню, порой очень привередливого ребенка. Тем более, если детский сад и школа закрыты, маме придется заменить в одном лице работников столовой и педагогов.

Одна из этих проблем, считайте уже решена! Компания «ПРОДО Тюменский бройлер» позаботилась о создании **качественных продуктов из мяса птицы для детского меню** и запустила новую **линейку полуфабрикатов «Порадуй своего лисенка»** марки «Троекурово».

Продукты с оригинальным мультяшным оформлением на упаковке легко найти на полках магазинов. Тефтели «Куроболлы», мини-колбаски «Курбаски», «Фаршик» из филе грудки и Фрикадельки - изготовлены без консервантов, красителей и других вредных для детей добавок. Используется только охлажденное рубленое куриное филе без усилителей вкуса, крахмала и Е-добавок. Это как раз то, что нужно для уверенности родителей в качестве и безопасности покупаемых продуктов для своей семьи.

Еще один немаловажный плюс: время приготовления занимает всего 10-15 минут и сотворить кулинарный подвиг способен даже папа.

С продукцией этой серии можно подходить к приготовлению блюд с фантазией. Сегодня тефтели с овощами, завтра – колбаски с пюре, на выходные – колобки из фарша с макаронами. Родители в игровой форме могут увлечь ребенка историей про хитрого лисенка с изображением на упаковке, который попал в неожиданную ситуацию, а ребенок может ему помочь, съев эти вкусности. Так, полезная еда может стать для «самых хитрых и ловких» увлекательным приключением, а не мучением!

**В помощь родителям предлагаем несколько рецептов приготовления блюд.**

### 1. Куриные тефтели в сливочном соусе

Отличный вариант для обеда или ужина. Куриные тефтели в сливочном соусе непременно понравятся детям. Готовить блюдо несложно и достаточно быстро. На следующий день тефтельки становятся еще вкуснее. Куриные тефтели духовке готовятся весьма просто. Их готовят и в мультиварке. Притушить тефтельки можно на сковороде, однако огонь нужно убавить до минимума и следить, чтобы блюдо не пригорело.

Ингредиенты: фарш из филе грудки «Фаршик», 0.45 кг, лук 1 шт., белый хлеб/булка 150 г, молоко 3 ст.л., чеснок 3 зубка, Сливки 10% 0.5 л, сыр 0.2 кг, соль, растительное масло, зелень, смесь перцев по вкусу.

1. Возьмите хлеб или булку, разрежьте на крупные куски. Замочите их в молоке (у хлеба лучше отрезать корочку).
2. Очистите и измельчите лук.
3. Отожмите булку, избавив ее от излишков молока, смешайте с Фаршиком «Троекурово». Добавьте лук и всю массу старательно вымесите.
4. Всыпьте соль, перечную смесь, еще раз перемешайте.
5. Влажными руками формируйте шарики из фарша. По размеру они должны быть с грецкий орех, можно немного крупнее.
6. Противень или форму немного сбрызните подсолнечным маслом, выложите на нее тефтельки, оставляя место между ними.
7. Запекайте в духовке около пятнадцати минут при температуре 180°C.
8. Займитесь соусом: мелко порубите очищенный чеснок и зелень.
9. Сыр натрите на мелкой терке. Лучше брать «Маасдам» или «Пошехонский».
10. Смешайте сырную массу и зелень, немного подсолите, влейте сливки.
11. Как следует перемешайте соус и залейте им тефтели.
12. Снова поставьте блюдо в духовку, не меняя температурного режима. Запекайте около 20 мин. Подавать блюдо лучше с вермишелью или рисом.

## 2. Суп с фрикадельками и фигурной лапшой

Ингредиенты: луковица 2 шт., морковь 2 шт., зелень 1 пучок, черный перец 2 горошины, мелкая фигурная лапша 0,3 стакана, стебель сельдерея 1 шт., красный сладкий перец ½ шт., замороженный зеленый горошек ½ стакана.

1. Наберите в кастрюлю 1,2 л воды, доведите до кипения. В кипящую воду добавьте Фрикадельки «Троекурово», горошины перца и варите 15 минут.
2. Очистите морковь и сельдерей и нарежьте тонкими ломтиками. Сладкий перец очистите, нарежьте небольшими кубиками.
3. Разогрейте в сковороде растительное масло и обжарьте до мягкости лук, сладкий перец, сельдерей и морковь, периодически помешивая. Положите обжаренные овощи в бульон, добавьте лавровый лист. Добавьте зеленый горошек и доведите до кипения.
4. Всыпьте в суп лапшу и размешайте. Варите до готовности лапши, 5 мин., посолите суп. Разлейте суп по тарелкам.

Приятного аппетита!

Спрашивайте новинки в магазинах вашего города.

Адрес на сайте «Детки!» [detkityumen.ru/biblio/category135/category141/4531/](http://detkityumen.ru/biblio/category135/category141/4531/)