

ОКСАНА ЩЕРБАКОВА

РЕЦЕПТЫ * МАМЫ * ЕЖЕНИКИ



Мама Еженика обожает готовить для своих малышей и вместе с ними. В семье замечательных ежей все любят разное: папа Ёжевич - горячие и наваристые супы, Клубок - роллы и японскую лапшу, маленький Пряник - выпечку, а сама мама Ежаника - легкие овощные салаты и лимонады.

А что, если собрать любимые блюда в один сборник рецептов, по которому и вы со своими детьми сможете приготовить то, что так любят ёжики. Отличная идея! Ведь ничто так не сближает, как совместное приготовление любимой еды.



ТВОРОГ



САХАР



ЯЙЦО



РАЗОМНИТЕ ТВОРОГ
ВИЛКОЙ

ПШЕНИЧНАЯ
МУКА



ОБЖАРИТЬ НА
СЛИВОЧНОМ МАСЛЕ



СЫРНИКИ

ПОДАВАЙТЕ С МАЛИНОВЫМ ВАРЕНЬЕМ

СЫРНИКИ

ИНГРЕДИЕНТЫ (НА 2 ПОРЦИИ, ~6-8 ШТ):

- Творог — 300 г (лучше 5–9%, сухой)
- Яйцо — 1 шт
- Сахар — 1–2 ст. ложки (по вкусу)
- Ванильный сахар — 0,5 ч. ложки (по желанию)
- Соль — щепотка
- Мука — 2 ст. ложки (только для обсыпки)
- Масло для жарки — 1–2 ст. ложки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Подготовь творог

Протри через сито или просто хорошо разомни вилкой до однородности. Главное — чтобы он был не мокрый. Если влажный — отожми через марлю.

2. Смешай массу

Добавь яйцо, сахар, соль, ванильный сахар. Перемешай до однородности.

Важно: не клади муку внутрь — так сырники будут мягче.

3. Сформируй сырники

На тарелку насыпь муку. Руками, смоченными водой, сформируй из творожной массы шарики, обваляй их в муке и приплюсни.

4. Обжарь

Разогрей сковороду с небольшим количеством масла. Обжаривай сырники на среднем огне по 2–3 минуты с каждой стороны до золотистой корочки.

5. Подача

Готово! Подавай со сметаной, мёдом, вареньем или свежими ягодами.

СОВЕТЫ:

- Если творог очень мокрый — можно добавить 1 ст. ложку манки и дать постоять 10 мин.
- Не перегревай сковороду, иначе сырники сгорят снаружи и не пропекутся внутри.



ЦУКИНИ



ТВЁРДЫЙ
СЫР



ЯЙЦО



ПШЕНИЧНАЯ
МУКА



ПОДАВАТЬ
СО СМЕТАНОЙ



СОЛЬ



ОЛАДЫ
ИЗ ЦУКИНИ

КАБАЧКОВЫЕ ОЛАДЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ (НА 2–3 ПОРЦИИ):

- Кабачок — 1 средний (примерно 300 г)
- Яйцо — 1 шт
- Твёрдый сыр — 50–70 г (пармезан, гауда, чеддер — что любишь)
- Мука — 2–3 ст. ложки (можно заменить овсяной или цельнозерновой)
- Чеснок — 1 зубчик (по желанию)
- Соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки
- Перец — по вкусу
- Масло для жарки — 1–2 ст. ложки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Подготовь кабачок

Натри его на крупной тёрке, посоли немного и оставь на 10 минут.

Затем отожми лишнюю жидкость руками или через марлю.

2. Добавь остальные ингредиенты

К кабачку добавь яйцо, натёртый сыр, мелко натёртый чеснок, перец и муку. Всё перемешай до однородной массы.

Тесто должно быть не слишком жидким — по консистенции как густая сметана.

3. Обжарь

Разогрей сковороду с маслом. Ложкой выкладывай небольшие оладьи, обжаривай на среднем огне по 2–3 минуты с каждой стороны до золотистой корочки.

4. Подача

Готовые оладьи выложи на бумажное полотенце, чтобы убрать лишний жир.

Подавай со сметаной, йогуртом или чесночным соусом.

ПОЛЕЗНЫЕ ЗАМЕТКИ:

- Хочешь хрустящей корочки? Добавь чуть-чуть манки или панировочных сухарей в тесто.
- Можно запечь в духовке при 200°C ~15–20 минут на пергаменте — получится ПП-версия.
- Вкусно с укропом, зелёным луком или шпинатом прямо в тесте.



ЯБЛОЧНЫЕ ОЛАДУШКИ

ЯБЛОЧНЫЕ ОЛАДЫ

ИНГРЕДИЕНТЫ (НА 2-3 ПОРЦИИ):

- Яблоки — 2 средних
- Яйца — 1 шт
- Молоко — 150 мл (можно заменить на кефир)
- Сахар — 1-2 ст. ложки
- Соль — щепотка
- Мука — ~120 г (примерно 4 ст. ложки с горкой)
- Разрыхлитель — ½ ч. ложки
- Корица — по вкусу (по желанию)
- Масло для жарки — 1-2 ст. ложки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

1. Подготовь яблоки

Очисти (если хочешь) и натри на крупной тёрке.

Можно использовать сладкие или кисло-сладкие сорта.

2. Сделай тесто

В миске взбей яйцо с сахаром, солью и кефиром. Добавь муку с разрыхлителем, перемешай.

Должно получиться тесто чуть гуще, чем на блины.

Вмешай тёртые яблоки и, если хочешь — корицу.

3. Обжарь

Разогрей сковороду с небольшим количеством масла. Ложкой выкладывай оладьи.

Жарь на среднем огне по 2-3 минуты с каждой стороны до золотистой корочки.

4. Подача

Готовые оладьи — на салфетку, чтобы убрать лишнее масло.

Подавай с мёдом, вареньем, сгущёнкой или просто со сметаной.

СОВЕТЫ:

- Яблоки лучше не слишком сочные, чтобы тесто не «потекло».
- Можно добавить изюм, ваниль, немного лимонной цедры.
- Если тесто жидковато — добавь чуть больше муки.