



МБДОУ ПГО «Детский сад № 69»

Семейное кафе





**книга рецептов
«Мишкина каша»**

по рассказу Н. Носова «Мишкина каша»



г. Полевской 2019 г.





Кáша — блюдо из разваренных в воде (или в молоке) зёрен, иногда с такими добавками, как соль, сахар, приправы, молоко, фрукты и сухофрукты, варенье.

Очень распространена в русской кухне. Традиционная пища на завтрак. Традиционно кашу готовят в глиняных или чугунных горшках в русской печи, сейчас также в кастрюлях на плитах.

Каша – самое распространенное и почитаемое блюдо русской кухни: «Где каша, там и наши!» Каша – символ здоровья и благоденствия, предмет религиозного почитания на Руси. Кашу варили и в будни, и в праздники. Она занимала почетное место и на крестьянском столе, и на царском.

У каши даже был свой праздник – День Акулины-гречишницы (26 июня). За неделю до праздника или через неделю после него по народному календарю сеяли гречиху. А на самую Акулину варили «мирскую кашу», столы выносили на улицу и потчевали той кашей странников и нищих, а соседи хвастались друг перед другом – чья каша вкуснее?



Ерёмкина кашка



Кукурузная каша
Кукурузная крупа – 100 гр.
Молоко – 650 гр.
Сливочное масло – 20 гр.
Соль, сахар по вкусу.
Варим на медленном огне 30-40 минут. Сухофрукты или свежие фрукты по желанию.
Приятного аппетита!



Вероникина кашка

Каша гречневая на молоке.

1 стакан гречки

1,5 стакана молока

½ ч. ложка соли.

1 ст. ложка сахара.

20 гр. сливочного масла.

40 минут в мультиварке -режим

«Молочная каша».

Приятного аппетита!



Артёмкина кашка

Гречневая каша со сливками.

2 стакана воды.

0,5 стакана гречневой крупы.

Сахар, соль по вкусу.

2 ст. ложки сливок и

5 гр. масла сливочного.

В воду засыпаем крупу, помешиваем, варим несколько минут до закипания, убавляем газ, закрываем крышкой. Через 5 минут после варки добавляем сливки, сахар и соль. Пока каша варится готовим украшение, режем банан. Перед подачей положить масло и банан.

Приятного аппетита!



Никиткина кашка

Каша ассорти

Рисовая каша очень полезна для организма человека, но и кукуруза тоже имеет много плюсов. А если соединить эти чудесные две крупы, польза будет в несколько раз больше. Классический способ приготовления каша ассорти отлично подходит для утреннего завтрака

Ингредиенты:

½ стакана риса;

1/3 стакана кукурузной крупы;

1 стакан молока;

1 столовая ложка сахара;

0,5 чайной ложки соли;

30 грамм сливочного масла



Процесс приготовления:

1. Рис промываем несколько раз. Заливаем водой на 2-3 см. выше риса.
 2. Ставим кастрюлю на огонь.
 3. Доводим рис до кипения, периодически помешивая. Далее рис варим на медленном огне.
 4. Поварив рис 5-7 минут добавляем промытую кукурузную крупу и ещё немного воды.
 5. Добавим соль и сахар. Варим 15-20 минут.
 6. Когда рис станет мягким, вливаем молоко, перемешиваем, доводим до кипения.
 7. Варим ещё 3 минуты и выключаем.
 8. Оставляем нашу кашу на 3-5 минут под крышкой, чтобы рис дошел.
 9. Рисово-кукурузная каша на молоке готова. Накладываем кашу в тарелку и добавляем кусочек сливочного масла.
- Приятного аппетита!*



Виктории кашка

Рисовая каша

Рис – 1 стакан

Во да- 2 стакана

Молоко – 2 стакана

Сливочное масло – 20 гр.

Соль, сахар по вкусу.

Способ приготовления:

1. Промыть рис, залить водой, поставить на огонь.
2. Довести до кипения и варить на среднем огне, пока вода не впитается почти полностью.
3. Влить молоко и довести до кипения.
4. Добавить соль и сахар по вкусу.
5. Далее варить кашу на медленном огне 3-5 минут. Снять с огня, добавить сливочное масло. Накрывать крышкой и дать постоять 15-20 минут. Каша готова.

Приятного аппетита!



Анюткина кашка



Пшениная каша
Пшено – 1 стакан
Молоко – 2 стакана
Сливочное масло – 50 грамм
Соль, сахар по вкусу.
Варим на медленном огне 25-30 минут.
Приятного аппетита!



Андрюшкина кашка

Гречневая каша
Гречка - 1 стакан
Молоко - 2 стакана
Сливочное масло - 20 гр.
2 столовые ложки сахара
1 чайная ложка соли
Варим на медленном
огне 10-15 минут.
Приятного аппетита!



Ярославкина кашка



Гречневая каша с сосиской
Гречневая крупа – 1 стакан
Вода родниковая – 2 стакана
Сливочное масло – 20 гр.
Соль, сахар по вкусу.
Наливаем воду, доводим до кипения.
Затем засыпаем крупу и варим помешивая 3 минуты. Выключаем, накрываем крышкой. Оставляем кашу настаиваться на 15-20 минут, затем добавляем сливочное масло и нарезаем сосиску. И вуаля! Самая вкусная и полезная каша готова.
Приятного аппетита!



Денискина каша



1. Готовим ингредиенты: манка, молоко, вода, сахар, соль, масло.
2. В кастрюлю наливаем 1 ст. молока + 0,5 ст. воды, засыпаем 4 ст. л. Манки, 2 ст. л. Сахара, 0,5 ст. л. Соли.
3. Ставим на огонь и помешиваем - варим.
4. «О, Боже!!! Что то пошло не так!.... «Ааааа...не нужно закрывать крышкой!»
5. В кашу ложем масло. Можно добавить ягоды или фрукты.

Денискина каша готова!!! Приятного аппетита !!! Ням - ням...!

А вы знали, что в манной каше относительно мало витаминов, и она снижает усвояемость витамина D? Поэтому есть её чаще, чем два раза в неделю не стоит.



Пословицы и поговорки о каше.



«Русского мужичка без каши не накормишь»,
“Без каши обед не в обед”,
“Не наша еда орехи, наша – каша”,
«Кашу маслом не испортишь»,
«Когда дрова горят, тогда и кашу варят»,
«Овсяная каша хвалилась, что с коровьем маслом роднилась»
«Кашевар живет сытнее князя»,
«Заварил кашу, так и не жалея масла»,
«И дурень кашу сварит, была бы крупица и водица»,
«Густая каша семьи не разгонит»,
«Гречневая каша — мать наша, хлебец — кормилец»,
«Где блины, тут и мы; где с маслом каша — тут и место наше»
«Щи да каша — мать наша»
«Мал горшок, да кашу варит».
«Хороша кашка, да мала чашка»

