

# JARNÍ KUCHYNĚ

## Pomůcky:

- ✓ piknikový koš
- ✓ talíře
- ✓ misky
- ✓ nůžky na bylinky
- ✓ příborové nože a jeden ostrý nůž na pečivo
- ✓ prkénko
- ✓ lžíce
- ✓ utěrky, ubrousky
- ✓ kelímky
- ✓ hmoždíř
- ✓ džbány
- ✓ malý cedník
- ✓ plachty nebo deky

## DOMÁCÍ LIMONÁDA

## Ingredience:

- ✓ jablečný džus
- ✓ jemně perlivá voda
- ✓ nasbírané bylinky vhodné do limonády (např. máta, meduňka, bršlice)

## Pracovní postup:

- ✓ Bršlici (případně meduňku nebo mátu) natrháme na malé kousky, případně ji rozetřeme v hmoždíři.
- ✓ Do džbánu nalijeme jablečný džus a přidáme bylinky, zamícháme a necháme macerovat po dobu přípravy pomazánky.
- ✓ Pak nalijeme dětem směs do třetiny kelímku, druhou třetinu dolijeme vodou.
- ✓ Všichni ochutnáme. Kdo chce, může si přidat. Kelímky poté vybereme, abychom je mohli umýt a znovu použít.

# DOMÁČÍ POMAZÁNKA

## Ingrediencie:

- ✓ tvaroh
- ✓ zakysaná smetana
- ✓ tmavé rohlíky
- ✓ sůl
- ✓ nasbírané bylinky (např. pažitka, ptačinec žabinec, řebříček, sedmikrásky, fialky)

## Pracovní postup:

- ✓ Do misky dáme půlku tvarohu a třetinu zakysané smetany.
- ✓ Nůžkami nastříháme pažitku, ptačinec žabinec a řebříček na maličké kousky do misek.
- ✓ Pak je přidáme do tvarohu, posolíme a vše zamícháme.
- ✓ Každé dítě si natře pomazánkou kolečko tmavého pečiva jako jednohubku, může si ji ozdobit fialkou nebo sedmikráskou a ochutná. Komu chutná, může si přidat.



domácí limonáda



domácí pomazánka

Autorka: Kateřina Kavalířová, Lenka Prunerová  
vydal Spolek Ametyst v roce 2019 - [www.ametyst21.cz](http://www.ametyst21.cz)

 Ametyst

Město  Plzeň

Projekt „Tvoříme a učíme se v zahradě“  
finančně podpořilo statutární město Plzeň