

HRANA IN MI 8. in 9. razred –21. 5. 2020

Dober dan.

Danes bi vam rada predstavila akacijo in slastne krofe z njenim cvetjem. V nedeljo sem jih cvrla. Pomislila sem na vas in sklenila, da vam predstavim recept.



Akacija zdaj cveti in njeni cvetovi nas kar vabijo.

Akacijo so v Evropo prinesli v 16. stoletju iz Amerike, kjer se je precej hitro razširila. Je dragocena zdravilna rastlina. Čaj, narejen iz njenih cvetov, je dober za pomirjanje kašlja, učinkuje proti vnetjem, krčem in je tudi blago odvajalo. Zelo dobro pa je tudi ocvrto cvetje.

Praktično delo v kuhinji:

OCVRTA AKACIJA (na enak način lahko pripravite bezeg)



Sestavine:
25 akacijevih cvetov,
2 jajci
250 ml mleka
130 g moke (pol ostre, pol mehke)
1 žlica sladkorja + 1 žlička sladkorja v prahu
ščeč soli
kavna žlička pecilnega
1 vanilin sladkor
pol litra olja

Preden se lotite dela, poskrbite za čistočo in higieno prostora – pošteno si umijte roke in pripravite vse sestavine, posodo in ostale pripomočke, ki jih boste potrebovali.

Navodilo za delo:

Akacijevo cvetje osmukamo iz vejic. Če je komu ljubše akacijevo cvrtje na vejicah, potem v tem primeru pustimo cvetje na vejicah.

V posodo za mešanje damo 2 rumenjaka. Iz beljakov v drugi posodi naredimo sneg. Najprej zmešamo rumenjaka in mleko, nato postopno dodamo vse ostale sestavine in nazadnje primešamo še sneg beljakov.

Masi, ki je zelo rahla in puhasta, primešamo še akacijevo cvetje.

Če imamo možnost, uporabimo ponev, ki za cvrtje ne potrebuje veliko olja. Olje v ponvi segrejemo in z žlico oblikujemo ocvrtke. Cvremo na nižji temperaturi, kar na indukciji pomeni številka 4 od 10. Če boste cvetje cvrli s peclji, združite po dve vejici in ju pomočite v maso ter v ponvi ocvrite.

Ocvrto cvetje akacije položimo na papirnato servieto, da popivna morebitno odvečno maščobo.

Po vrhu potresemo s sladkorjem v prahu, kar pa ni obvezno, odvisno od okusa in želja.

Dober tek.

Oglejte si še videoposnetek na spodnji povezavi:

<https://www.youtube.com/watch?v=WfceTTk-W2A>



Recept: Slastno ocvrta akacija ali bezeg

Če boste pomagali staršem pri pripravi katere druge sladice, bom vesela, če pošljete recept sladice še meni.

Dobimo se čez teden dni.

učiteljica Sonja