Vaříme s dětmi: Pokrmy na jehle



Pokud máte přece jen obavy nebo jsou děti menší, ujměte se napichování sami a děti nechte podávat vám připravené ingredience například podle barev, ve správném pořadí nebo třeba podle abecedy. Může to být vlastně šikovná taktika, jak připravit oběd a zároveň se s dětmi procvičit v něčem užitečném.

Vyzkoušejte naše recepty:

Kuřecí špízy na medu a pomerančích



Nejprve trochu zabrousíme do asijské kuchyně. Věřte, že na téhle dobrotě si pochutnají malí i velcí strávníci. Hravá chuť sladkého medu a nakyslých pomerančů krásně ladí s jemným kuřecím masem a výborně se hodí například k rýži nebo nudlím. Připravte si:

- *2 kuřecí prsa*
- *2 lžíce sójové omáčky*
- *2 lžíce teriyaki omáčky*
- *1 lžíci medu*
- *½ pomeranče*
- *2 lžíce oleje*
- *1 lžíci sezamových semínek*
- *jarní cibulku*
- *sůl a pepř*

Maso očistěte a nakrájejte na větší kusy. Nasolte a opepřete a napíchejte na špejle nebo jehly. Pokud nechcete nechat děti napichovat, nechte je připravit omáčku, s tou si určitě poradí. V míse smíchejte sójovou i teriyaki omáčku, med a šťávu vymačkanou z pomeranče. Na rozpálenou pánev nalijte olej a zprudka na něm ze všech stran zatáhněte maso na špízech. Poté ztlumte a maso pozvolna potírejte připravenou omáčku, zde mohou děti pod vaším dohledem také pomáhat. Postupně opékejte a potírejte ze všech stran, dokud maso nezíská na povrchu zkaramelizovanou krustičku. Sundejte z pánve a posypte semínky a nakrájenou jarní cibulkou.

Sladcí hadi

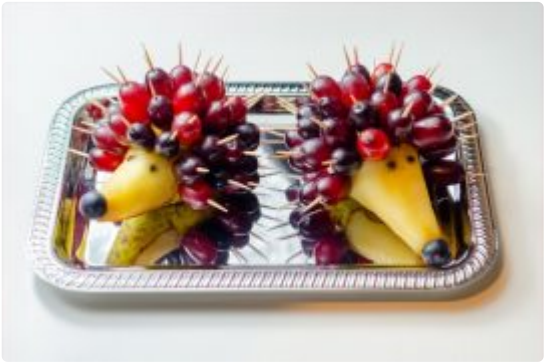


Tenhle špíz je ideální především na dětské party. Jeho výroba může být třeba i součástí zábavy. Je to snadné, nachystejte:

- *jahody*
- *pěnové bonbony Marshmallow*
- *hroznové víno*
- *borůvky (raději ty kanadské, jsou větší a lépe se budou napichovat než ty v lese nasbírané)*

Nejprve vytvoříme hlavu hada a to tak, že z jedné strany špejle napíchneme jahodu tak, aby špičkou směrovala ven, ale nepropichujeme ji celou, jen asi do poloviny. Za ní poté postupujeme podle velikosti, přidáme jeden až dva pěnové bonbony, poté pár kuliček hroznového vína a nakonec pár borůvek, ze kterých vytvoříme ocásek. Na jahodu můžeme ještě třeba pomocí čokolády udělat dvě tečky jako oči.

Ovocní ježečci



Vytvořit krásného ježka je velmi snadné, ale ohromně efektivní. Věřte, že s tímto kouskem ohromíte nejen dětské, ale rozhodně i dospělé osazenstvo. Potřebujete jen:

- *hrušku*
- *hroznové víno*
- *borůvky nebo hrozinky*
- *párátka*

Hrušku zbavte stopky a podélně rozřízněte. Řeznou plochou položte na talíř. Na párátka napíchněte vždy jednu kuličku vína tak, aby půlka párátka zůstala trčet ven, to budou bodlinky, a druhý konec sotva prošel skrz. Tímto krátkým koncem pak vpichujte jednotlivá párátka do oblé části hrušky, tu úzkou nechte koukat, vytvoří se nám tak čumáček. Nakonec na kousek párátka napíchněte i borůvky nebo hrozinky a na čumáčku z nich vytvořte očička a nos. A máme hotovo! Jen opatrně při konzumaci.

Caprese špízy



Naprostá klasika, která ovšem z rautových stolů většinou zmizí jako první. Nejen že hraje barvami (dobrý tip, jak si děti zapamatují barvy italské vlajky), ale chuť je prostě dokonale vyvážená. Budete potřebovat:

- *cherry rajčata*
- *mozzarellové kuličky*
- *čerstvou bazalku*
- *balsamico*
- *bazalkové pesto*
- *sůl a pepř*
- *dle chuti i olivy, sušená rajčata, sušenou šunku*

Na špejle postupně napichujte rajčátko, poté lístek bazalky, kuličku mozzarelly a takto stále dokola na celé špejli. Pokud ale chcete špízy trochu vytunit, po mozzarelle pokračujte kuličkou olivy, vynikající jsou také sušená rajčata či srolujte plátek kvalitní sušené šunky. Anebo klidně všechno dohromady, společně to ladí perfektně a v ústech vám vybuchne chuť Itálie. Na závěr vše lehce osolte (pozor, pokud použijete šunku a

rajčata, se solí to nepřehánějte) a opepřete, zlehka pokapejte bazalkovým pestem a balsamicem.