

**1.Интересные факты о сентябре**

**2.Выставка осенних подделок**

**3.Рецепты полезных блюд из овощей**

**Содержание выпуска:**

**«Страничка из Детсва»**

**ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ МБДОУ «ДС № 347 г. Челябинска» Выпуск № 1**

**Дата выпуска сентябрь 2020г.**

Интересные факты о сентябре!

[](http://in-w.ru/wp-content/uploads/2015/06/morningCloudGlory.jpg)[Странные облака](http://in-w.ru/%d1%81%d0%b0%d0%bc%d1%8b%d0%b5-%d0%bd%d0%b5%d0%be%d0%b1%d1%8b%d1%87%d0%bd%d1%8b%d0%b5-%d0%be%d0%b1%d0%bb%d0%b0%d0%ba%d0%b0/), именуемые "утренней глорией" часто сопровождаются сильными шквалами, изменением направления ветра, а также резкими скачками давления. Подобные облака можно наблюдать с сентября по середину ноября.

Почему сентябрь идёт по счёту девятым, хотя в буквальном переводе означает "седьмой"?

Сентябрь — девятый месяц по счёту, но его название образовано от латинского слова "septem", то есть "семь". Аналогичное названия октября, ноября и декабря происходят от латинских чисел 8, 9 и 10. Дело в том, что в Древнем Риме год отсчитывался с первого марта, и названия месяцев соответствовали порядковым номерам. А при Юлии Цезаре начало года сдвинули на первое января, но переименовывать месяцы уже не стали.

**В нашем детском саду идет выставка «Осенних подделок»**











# "Гнёзда" из кабачков

* **Для гнёзд:**
* 300 г. кабачков
* 30 г. твёрдого сыра
* 1 яйцо
* соль, перец
* 1-2 зубка чеснока
* **Начинка:**
* 30 г. твёрдого сыра
* 2 яичных желтка

## Если вам кажется, что вы перепробовали уже все рецепты приготовления с кабачками, то приготовьте "гнёзда" из кабачков. Кабачки, натёртые и запечённые с сыром, получаются очень сочными, нежными и вкусными. Кабачки, приготовленные по этому рецепту, точно оценят все ваши близкие. А больше всего "гнёзда" понравятся детям, потому что это необычно, ярко и интересно. Дети сыты и родители счастливы. *Как приготовить "Гнёзда" из кабачков быстро и просто*

### Пошаговое описание рецепта

* [Показать в виде больших фотографий с описанием](https://yummybook.ru/recept/gnezda-iz-kabachkov?mode=large#steps)

1. Кабачки натереть на крупной тёрке, посолить и оставить на несколько минут, чтобы они пустили сок. Затем тщательно отжать и слить всю жидкость.

2. Добавить к кабачкам молотый перец, измельченный чеснок, яйцо и натёртый сыр. Перемешать.

3. На противень, выстеленный пергаментной бумагой, выложить кабачковую массу в виде двух лепёшек с углублением в середине для начинки - "гнёзда".  
Запекать в предварительно разогретой духовке при температуре 180 градусов 30-40 минут.

Совет

Если из "гнёзд" выделяется много жидкости, то удалите её бумажным полотенцем.

4. Затем в запечённые "гнёзда" выложить сыр и яичные желтки. При желании можно посыпать перцем.  
Поставить в духовку и запекать ещё до расплавления сыра 7-10 минут.

5. Подавать горячими, пока сыр не остыл и не затвердел. Приятного аппетита!

Категория рецепта: [Вторые блюда](https://yummybook.ru/category/vtorye-blyuda) » [Блюда из овощей](https://yummybook.ru/category/blyuda-iz-ovoschey)

Теги: [кабачки запеченные](https://yummybook.ru/search/tag?tag=%D0%BA%D0%B0%D0%B1%D0%B0%D1%87%D0%BA%D0%B8+%D0%B7%D0%B0%D0%BF%D0%B5%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B5), [гнёзда из кабачков](https://yummybook.ru/search/tag?tag=%D0%B3%D0%BD%D1%91%D0%B7%D0%B4%D0%B0+%D0%B8%D0%B7+%D0%BA%D0%B0%D0%B1%D0%B0%D1%87%D0%BA%D0%BE%D0%B2), [блюда из овощей](https://yummybook.ru/category/blyuda-iz-ovoschey), [здоровое питание](https://yummybook.ru/category/zdorovoe-pitanie), [рецепты для детей](https://yummybook.ru/category/recepty-dla-detej)

# Капустно-картофельные котлеты

* **Нам понадобится:**
* Капуста белокочанная (маленький кочан весом в 840 гр. с кочерыжкой)
* Картофель (7 средних клубней, общим весом в 760 гр.)
* Сметана (3 ст. л. с большой горкой)
* Яйцо куриное (1 шт., категории С-1)
* Растительное масло по вкусу (1-1,5 ст. л. для смазывания противня)
* **Специи:**
* Соль (по вкусу)
* Чёрный молотый перец (по вкусу)
* Кориандр (желательно свежемолотый, 1/4-1/3 ст. л.)
* Мускатный орех (желательно свеженатёртый, 1/4-1/3 ст. л.)
* **Капустно-картофельные котлеты** - очень бюджетное и простое блюдо, которое тем не менее получается весьма вкусным. Самое долгое в этом рецепте - отварить картофель и капустные листья, остальное делается достаточно быстро: размял в пюре, сформировал котлеты, поставил в духовку.
* **Капустно-картофельные котлеты** можно подать как гарнир к мясу, птице или рыбе, а можно как самостоятельное блюдо с любимым соусом. Как по мне, к таким котлетам лучше всего подойдут белые соусы, горячие или холодные. Например, такие: [луковый](https://yummybook.ru/recept/lukovyj-sous), [сливочно-лимонный](https://yummybook.ru/recept/slivochno-limonnyj-sous), [с хреном и яблоком](https://yummybook.ru/recept/smetannyj-sous-s-hrenom-i-yablokom).
* Из данного количества ингредиентов получается девять весьма крупных котлет (примерно 2 котлеты на 1 порцию).

1.Подготовим все ингредиенты. Картофель помоем и очистим (на фото он у меня уже отваренный в мундире).

2. Очищенный картофель поставим вариться до полной готовности. Перед варкой каждый клубень можно разрезать на несколько частей, чтобы ускорить процесс приготовления.  
  
Кочан капусты разберём на отдельные листья и поставим вариться до мягкости. Если в процессе разборки листья будут ломаться - ничего страшного: в дальнейшем всю капусту всё равно будем пюрировать с помощью блендера.

**Совет**

*Время варки будет варьироваться в зависимости от того, молодые или зимние овощи использовать. Весенняя молодая капуста сварится очень быстро, зимняя будет вариться значительно дольше.*

3. С готового картофеля сливаем всю воду, если есть необходимость - выпариваем на плите остатки влаги.  
  
С готовой капусты тоже сливаем воду, откидывая её партиями на дуршлаг (если у Вас размер дуршлага позволяет - то всю сразу одним махом).

4. Капусте даём немного остыть и измельчаем её с помощью блендера до состояния пюре.

5. Картофель разминаем в пюре обычной толкушкой.

6. Соединяем картофельное и капустное пюре вместе, добавляем соль по вкусу и все специи,

7. сметану и яйцо,

8. тщательно перемешиваем. Масса получается податливой, совсем не липнущей к рукам и очень удобной в работе.

9. Противень для запекания выстилаем фольгой и слегка смазываем растительным маслом. Формируем из капустно-картофельной массы котлеты и выкладываем их на противень. Из данного количества ингредиентов получается девять весьма крупных котлет.

10. Если есть желание, можно для красоты слегка присыпать котлеты паприкой. Ставим противень в заранее разогретую до 200-а градусов духовку и запекаем до приятного золотисто-румяного цвета котлет.

11. Уже готовые запечённые котлеты почему-то напоминают мне своим внешним видом пирожки. =)

12. ​Капустно-картофельные котлеты получаются с тонкой плотной корочкой снаружи и с нежной кремовой текстурой внутри.