

JEJMO BOLJE

SAVA HOTELS & RESORTS



Pica je ena izmed najbolj hvaležnih »otroških« jedi, ki ji lahko že samo s spremembo sestavin vdahnemo številne nove obraze. In to dobese-dno: z zelenjavnimi dodatki lahko oblikujemo simpatične oči iz bučk, lička iz jajčevcev, usta iz rezin paprike in lase iz belušev ali čebule.

Testo pripravimo kot običajno, le da belo moko nadomestimo s **polnozrnato**. Namesto (pre)ma-stnega ribanega sira uporabimo **mocarelo**, ki je lažja in je blažjega okusa. Paradižnikovo mezgo bomo pripravljali **sami iz pelatov**. Pica se ne počuti dobro brez origana, ki ga dodamo omaki.

Testo, ki ga razvaljamo ali **le z rokami razpore-dimo** po pekaču, najprej premažemo z mezgo, potem pa obložimo z rezinami pršuta, naribano ali natrgano **mocarelo**, češnjevim paradižnikom in povrhu potresemo lističe sveže bazilike.

Na pici se poleg naštete zelenjave dobro počutijo tudi **artičoke in šampinjoni**, ki pa jih boste morali otrokom približati postopoma.

PICIKATO PICA

Sestavine:

- polnozrnata moka
- kvas, sol, mlačna voda
- olivno olje
- paradižnikovi pelati
- sir mocarela
- pršut
- origano
- sveža bazilika
- češnjev paradižnik
- sezonska zelenjava (po željah malčka ali po modri presoji starša)
- začimbe

Povabite jih v kuhinjo

Povabite otroke, naj sodelujejo pri pripravi svoje picikato pice. Naj naredijo mini pice in jih okrasijo po svoje, saj bo tako več verjetnosti, da bodo jed v celoti pojedli. Pri tem upoštevajte njihove želje in ne vztrajajte preveč pri treh kolutih jajčevca. Že en bo povsem dovolj za začetek.

In še to: za začetek poskusite samo z eno vrsto zelenjave (npr. bučke). Jed ponavljajte, dokler se otroci na nov okus ne navadijo.