

NAČINI PREHRANJEVANJA



(2. TEDEN)

Pozdravljen-a !

Upam, da ti je že dolgčas po kuhanju. Zato bomo ta teden pripravljali jedi.

Sam izbereš jed, v kateri prevladujeta sadje ali zelenjava, saj ne vem, katere sestavine imate doma in ne želim, da hodite po nepotrebem v trgovino. Jed vključi k enemu od obrokov. Recept si lahko poiščeš na spletu, ali pa zanj povprašaš domače .

Jed postreži in oceni: kako ti je všeč okus, videz, vonj. Kaj bi pri jedi spremenil? Kaj se ti zdi dobro? Kako bi lahko pripravil še bolj zdravo različico? Jed naj ocenijo tudi tvoji domači.

Za seboj pospravi kuhinjo .

Sporoči mi, katero jed si pripravil-a in kako ti je šlo. Tvoj odgovor pričakujem do 8.4.2020.

Za vsa morebitna vprašanja sem vam na voljo preko elektronske pošte:

toncka.gerksic@guest.arnes.si