

# Pyszne i zdrowe ciasto marchewkowe

Chyby każdy człowiek, mały czy duży wie czym jest marchewka. Ale czy każdy wie, ile drogocennych wartości odżywczych dla naszego zdrowia posiada owo warzywo?

„Wgryzając się” w marchewkowy temat uczniowie klasy 2a dowiedzieli się, że pomaga ona walczyć z rakiem, spowalnia procesy starzenia skóry, odmładza i regeneruje skórę, poprawia wzrok oraz wzmacnia system odpornościowy organizmu. Warzywo to ma niesamowity skład i można je spożywać w formie surowej, gotowanej, a także w postaci surówek czy pysznych soków. Im dłużej trwały rozważania nad MARCHEWKĄ, tym bardziej drugoklasiści utwierdzali się w przekonaniu, że muszą przyrządzić z niej coś niebanalnego. Przygotowania rozpoczęto od przeglądania książek kucharskich oraz kulinarnych stron internetowych. Po krótkim namyśle zapadła decyzja: Upieczemy CIASTO MARCHEWKOWE!

Jednak zwolennicy JABŁEK zaproponowali, że można by też upiec inne ciasto. Pozostali uczniowie podchwycili pomysł i sami podzielili się na dwie grupy. Ustalono, że grupa pierwsza upiecze ciasto marchewkowe, a grupa druga szarlotkę. Wybrano najlepsze, oczywiście zdaniem dzieci, przepisy dostępne na portalu [www.mojeciasto.pl](http://www.mojeciasto.pl) oraz uzgodniono kto i co przyniesie.

Następnego dnia - 25 lutego – z wielkim zaangażowaniem chłopcy i dziewczęta zabrali się do pracy. Każdy w swoim zespole odpowiadał za konkretne zadanie: jedni pilnowali realizowania krok po kroku przepisu, inni obierali marchewki i jabłka, a jeszcze inni ugniatali czy ucierali ciasto. Po niespełna pół godzinie każda z grup połączyła swoje składniki i pozostało jedynie cierpliwie poczekać, aż oba ciasta się upieką.

Wreszcie nadeszła upragniona chwila, w której to mali kucharze mogli spróbować swoich wypieków. Oba ciasta były przepyszne - każde inne, ale każde wyśmienite. W trakcie degustacji z końca klasy padła kolejna propozycja: „skoro tak nam dobrze poszło to następnym razem powinniśmy upiec ciasto ze śliwkami albo ciasto z buraka!”. Kto wie... może jeszcze coś razem upieczemy... ;-)



