



Śniadanie dla Mamy

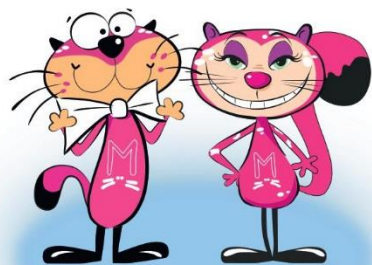
Niedługo będziemy obchodzić najpiękniejszy dzień w roku, który dedykowany jest wszystkim mamom. Warto już wcześniej zaplanować jak go spędzić. Na pewno nie może zabraknąć bukietu kwiatów, życzeń i niespodzianki. Jednak najważniejszy jest czas spędzony razem, nawet przy prozaicznych codziennych czynnościach jak na przykład posprzątanie domu czy rozmowa przy herbacie. Proponujemy świętowanie zacząć od samego rana i powitać mamę pysznym śniadaniem. Każde dziecko z pomocą osoby dorosłej może pomóc w przygotowaniu posiłku, zaczynając od tostów z twarogiem i świeżymi owocami, po przygotowanie oryginalnych, jadalnych tulipanów z pomidorków, mozzarelli i szczypiorku. Nie można zapomnieć również o porannej kawie z mlekiem lub świeżo wyciskany sok owocowy. Takie śniadanie podane z miłością na pewno zaskoczy każdą mamę i zadba o jej zdrowie dostarczając wiele witamin takich jak: A, D, E, K, C, witamin z grupy B oraz całą masę minerałów w tym wapń, który wzmocni jej kości i zadba o jej piękny uśmiech. Aby dodatkowo osłodzić ten dzień można przygotować serduszkowe gofry na specjalnej gofrownicy.

Składniki:

- 250 g mleka
- 250 g mąki ziemniaczanej
- 250 g mąki pszennej
- 125 g oleju rzepakowego
- 3 łyżki cukru
- 2 łyżeczki cukru wanilinowego
- 3 jajka
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- szczypta soli
- ulubione owoce mamy

Wykonanie: Do miski dodajemy jajka, mleko, mąkę, olej, cukier proszek do pieczenia, szczyptę soli. Następnie składniki miksujemy na gładką masę. Wlewamy na rozgrzaną gofrownicę i pieczemy do zarumienia ciasta. Następnie podajemy z ulubionymi owocami.

Jeżeli chcesz przygotować taką niespodziankę dla Mamy, pamiętaj aby wykonywać przepis z pomocą osoby dorosłej.



Mamy kota na punkcie **MLEKA!**

Sfinansowane z Funduszu Promocji Mleka



Wszystkie mamy szczególnie wykonujące zawód nauczyciela zapraszamy na stronę www.kochammleko.pl programu „Mamy kota na punkcie mleka” finansowanego z Funduszu Promocji Mleka i realizowanego przez Polską Izbę Mleka we współpracy z Polską Federacją Hodowców Bydła i Producentów Mleka, na której znajdziecie wiele pysznych przepisów, informacji o walorach mleka oraz jak przystąpić do mlecznej kampanii.

Nie zapomnijcie także odwiedzić naszego fanpage https://www.facebook.com/mamykotanapunkciemleka/?ref=aymt_homepage_panel&eid=ARAmD2deWF4Sld7ubidkgF6sfJL_QiafcOFFypDs8VCk82aJmXkjgCKZPeIBWnNN6IQpcZu9FdFpC7I, na którym cała rodzina znajdzie coś dla siebie. Nie zwalniamy tempa i rekrutujemy cały rok, pobierz deklarację dostępną na stronie, wypełnij i wyślij skan na adres: promocja@izbamleka.pl

Źródło: Biuro kampanii „Mamy kota na punkcie mleka”



Mamy kota na punkcie **MLEKA!**

Sfinansowane z Funduszu Promocji Mleka