Wadowice, 2 lutego 2019 r.

**Wspólne gotowanie to frajda   
i super pomysł na karnawałową zabawę**

**Najlepsze imprezy, jak wiadomo, odbywają się w kuchni, gdzie przy stole toczą się rozmowy, goście żartują i opowiadają ciekawe historie. Sprawmy więc, by w czasie karnawału zapanował w niej radosny nastrój! Powieśmy kolorowe dekoracje, zaprośmy bliskich oraz przyjaciół i wspólnie przygotujmy smaczne potrawy. Nie trzeba być mistrzem kulinarnym. Jeden dobry kucharz wystarczy, a pomocnicy mogą kroić, siekać i mieszać składniki. Radosna zabawa w dobrym towarzystwie zapewniona, a my będziemy mieć pewność, że menu w domowej restauracji będzie dokładnie takie, jak lubimy!**

Eleganckie bale, imprezy w klubach i tzw. domówki – karnawał to niewątpliwie czas dobrej zabawy. Dużą popularnością cieszą się zwłaszcza te ostatnie. W gronie rodziny i przyjaciół bawimy się najlepiej, bo mamy pewność, że rozmowy będą pełne żartów, radosnych wspomnień i wspólnych tematów. **W tym roku zaskoczmy naszych gości i zaprośmy ich nie do suto zastawionego stołu, ale do radosnego gotowania!**

A skoro to karnawał, zadbajmy o odpowiednie stroje, np. zabawne fartuszki i wielką czapkę dla szefa kuchni. Może być nim jeden mistrz, który rozdzieli zadania albo kilku, którzy po kolei przygotują swoje specjały. **Niech będzie naprawdę wesoło!** Urządzajmy **konkursy** na najrówniej pokrojonego ogórka do sałatki, najśmieszniejszą figurkę z serwetki lub najpiękniej podane danie. Można też zaprosić przyjaciół i bliskich w **kulinarne podróże** po świecie i przygotowywać dania, które poznaliśmy w innych krajach. Warto wtedy zadbać o odpowiednią oprawę – muzykę z danego regionu świata i pokaz zdjęć w tle.

Postarajmy się, żeby menu też nie było nudne – niech pojawią się w nim produkty z różnych grup spożywczych. Taki imprezowy jadłospis gwarantuje nie tylko smaczne potrawy, ale i dobre samopoczucie. **Ważne też, żeby we wspólnym gotowaniu każdy miał swój – choćby najmniejszy, udział.** Krojenie warzyw czy mieszanie sosu nie wymaga wielkich umiejętności, a jest ważnym elementem przygotowania potrawy. Mogą to robić nawet dzieci, którym przy okazji można pokazać, że menu na imprezę może być **nie tylko pyszne, ale i wartościowe.**

Po tak wesołych przygotowaniach w doborowym towarzystwie potrawy na pewno będą smakować doskonale, a my będziemy mieli kolejne radosne wspomnienia, które towarzyszyć będą wspólnym spotkaniom przez kolejne miesiące roku.

Inspiracji i pomysłów na ciekawe dania można szukać też na stronie akcji Akademia Uwielbiam –[www.akademiauwielbiam.pl](http://www.akademiauwielbiam.pl). To program edukacyjny przeznaczony dla uczniów klas VI-VIII szkoły podstawowej i III klasy gimnazjum, który uczy m.in. doceniania wartości wspólnych posiłków i ich przygotowywania, a także radości z gotowania. Przygotowane dla nauczycieli materiały pozwalają na przeprowadzenie ciekawych zajęć tematycznych. Wystarczy zgłosić swoją placówkę do udziału w akcji. Dodatkowo Uczniowie mogą wziąć udział w konkursach, zarówno dla szkoły jak i indywidualnych, w których należy jedynie przesłać autorski przepis i zdjęcie potrawy, przygotowanej zgodnie z zasadami regulaminu. W konkursach do wygrania są atrakcyjne nagrody. Więcej informacji oraz regulaminy konkursów można znaleźć na stronie www.akademiauwielbiam.pl.