

# ČERTOXY HOUSKY

## CO POTŘEBUJETE:

Váhu, mísu, 250 g hladké mouky, 70 g vody, 65 g vody, 30 g změkklého sádla, 8 g čerstvého droždí (nebo 3 g instantního droždí), 5 g soli, utěrku, plech, nůžky a pečicí papír.



## POSTUP:

Dnes bude potřeba, aby vám rodiče trošku pomohli. Protože čerti rádi pečou housky, upečete si je dnes také spolu s maminkou, tatínkem nebo třeba babičkou či dědečkem. A nezapomeňte pozorně číst recept a žádný krok nepřeskočte. Nejprve si všechny ingredience připravte na stůl a poctivě navažte!

Nejprve musíte nechat vzejít kvásek. Do 65 g vlažné vody přidejte rozdrcené droždí a z navážené mouky dvě lžičce. Všechno smíchejte a nechte zhruba 10 minut v klidu. Kvásek po chvilkách nezapomeňte kontrolovat a když uvidíte že zvětšil svůj objem, můžete pokračovat v receptu dále.

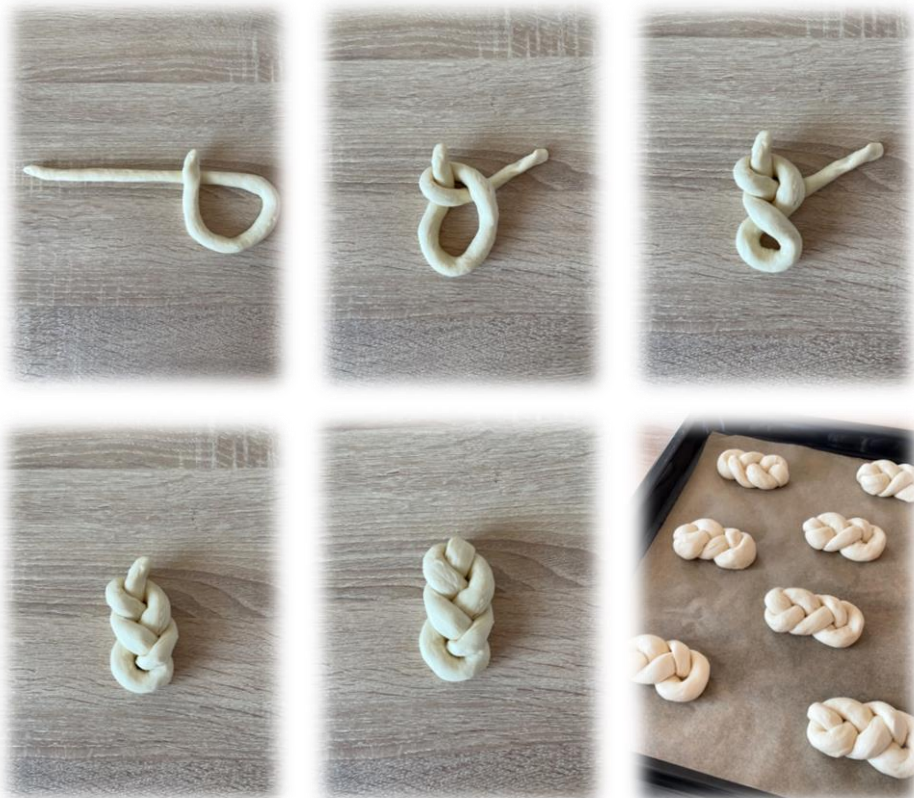


Do mísy, kde již máte připravenou mouku, přidejte všechny ostatní ingredience (sůl, vodu, sádlo) a nakonec i kvásek. Vše důkladně propracujte (smíchejte). Až bude těsto propracované,

vytvářejte z něj kuličku. Mísu přikryjte utěrkou a nechte 60 až 90 minut v teplé místnosti. Těsto bude kynout – to znamená, že se bude zvětšovat.



Jakmile těsto vykyne, rozdělte jej na díly po 60 gramech a vytvořte z nich kuličky. Z těsta byste měli mít 7 kuliček. Na plech si ustrihněte pečicí papír. Následně postupně každou kuličku těsta rozválejte pomocí rukou na dlouhého hada. Had by měl být dlouhý 25 až 30 centimetrů. Dále postupujte podle obrázkového návodu níže.



Když máte housky takto krásně vytvarované, nechte je opět kynout v teplé místnosti. Měla by jim stačit půl hodina. Mezitím si rozehřejte troubu na 220 stupňů. Dokynuté housky vložte do trouby a pečte 10 minut do zlatova. Po upečení nechejte housky vychladnout a potom už s chutí ochutnejte. Se sýrem, máslem, šunkou či marmeládou si na nich určitě pochutnáte. Dobrou chuť!



### **CO PROCVIČUJETE:**

Při pečení těchto vypečených housiček procvičíte mnoho vašich dovedností a schopností. Pro začátek si procvičíte matematiku a jednotky hmotnosti při přípravě ingrediencí. Dále budete cvičit krátkodobou paměť, čtení, soustředění a v neposlední řadě logické myšlení. Při tvarování těsta procvičíte jemnou motoriku a koordinaci a hlavně, po celou dobu přípravy svou trpělivost. Až si budete na houskách pochutnávat, určitě se také zvedne vaše sebevědomí!

### **NA CO SE ZAMĚŘIT:**

Dítě podporujte v co největší míře v samostatnosti a pomáhejte mu pouze tolik, kolik je zapotřebí. Výsledek nemusí být dokonalý. I kdyby z housek byly nakonec rohlíky, je lepší, když dítě udělá co největší kus práce samo. Jednak je to způsob, jak procvičit celou řadu dovedností, jednak je to možnost, jak posílit sebevědomí dítěte. Učte dítě, jak správně pracovat s váhou a nechejte je zkusit vážení. Všimněte si, jak dítě pracuje, zda je trpělivé, pečlivé a za jakoukoli snahu jej chvalte.