

Obsah

Úvodem	11
Montessori činnosti v kuchyni	16
Kuchyně uzpůsobená dětem	19
Praktické činnosti v kuchyni	26
Jak se zpracovávají některé potraviny	31
Rozvoj smyslových aktivit	38
Základy slušného chování a zdvořilosti	41
Zahrádka ve městě	48
Jak se vyhnout poraněním	56
Recepty	59
Koktejly a smoothie	61
Avokádový koktejl	62
Koktejl z pomeranče a manga	64
Jahodové smoothie	66
Melounové smoothie	68
Předkrmy	71
Salát z quino	72
Guacamole	74
Okurkové sushi	76
Krokety z tresky	78
Krokety z vařeného masa	80
Košíčky se sýrem a dýní	82

<i>Hlavní jídla</i>	85
<i>Brokolicové muffiny</i>	86
<i>Mrkvové muffiny</i>	88
<i>Pečená vejce</i>	90
<i>Cuketové minipizzy</i>	92
<i>Lososové placičky</i>	94
<i>Zeleninové placičky</i>	96
<i>Lilkový hamburger</i>	98
<i>Masový miniburger</i>	100
<i>Moučníky</i>	103
<i>Mražený dezert z manga</i>	104
<i>Jablečné řezy</i>	106
<i>Apple crumble</i>	108
<i>Ovocný špíz</i>	110
<i>Banánové sušenky</i>	112
<i>Můj zápisník</i>	114
<i>Slovníček kuchařských pojmů</i>	122
<i>Poděkování</i>	125