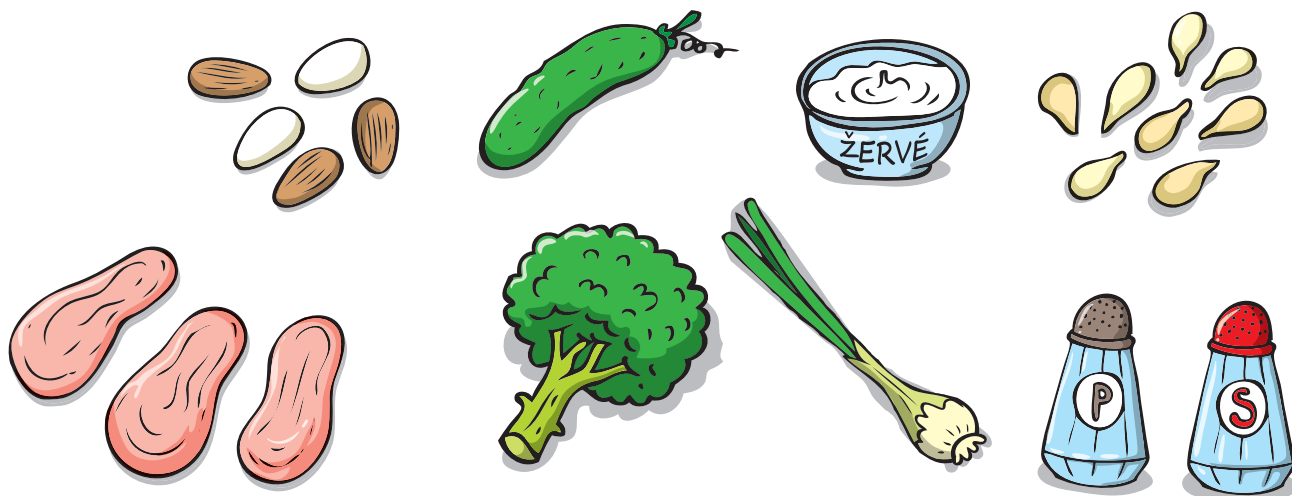




# ŽABIČKY



## CO POTŘEBUJEME: NA 10 ŽABIČEK

- 💧 1 salátová okurka
- 💧 1/2 malé vařené brokolice
- 💧 3 lžice žervé
- 💧 1 jarní cibulka
- 💧 sůl
- 💧 pepř
- 💧 šunka
- 💧 loupané mandle
- 💧 dýňová semínka



1. Brokolici rozdělíme na růžičky, odkrojíme tvrdší části a zbytek nakrájíme nadrobno.



2. Brokolici smícháme s žervé, nadrobno nakrájenou cibulkou a vše osolíme a opeříme.



3. Okurky nakrájíme na kolečka. Do poloviny koleček zapícheme 2 mandle.



4. Před mandle zapícheme 2 dýňová semínka.

5.



Šunku nakrájíme na proužky.

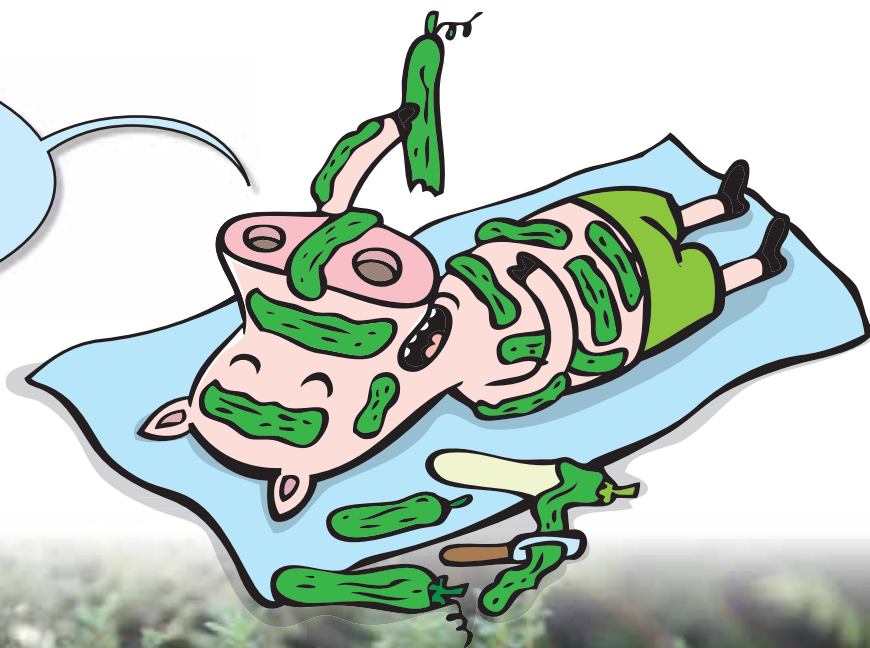
6.



Druhou polovinu okurek potřeme pomazánkou a proužky šunky na ně stočíme jako jazyky.

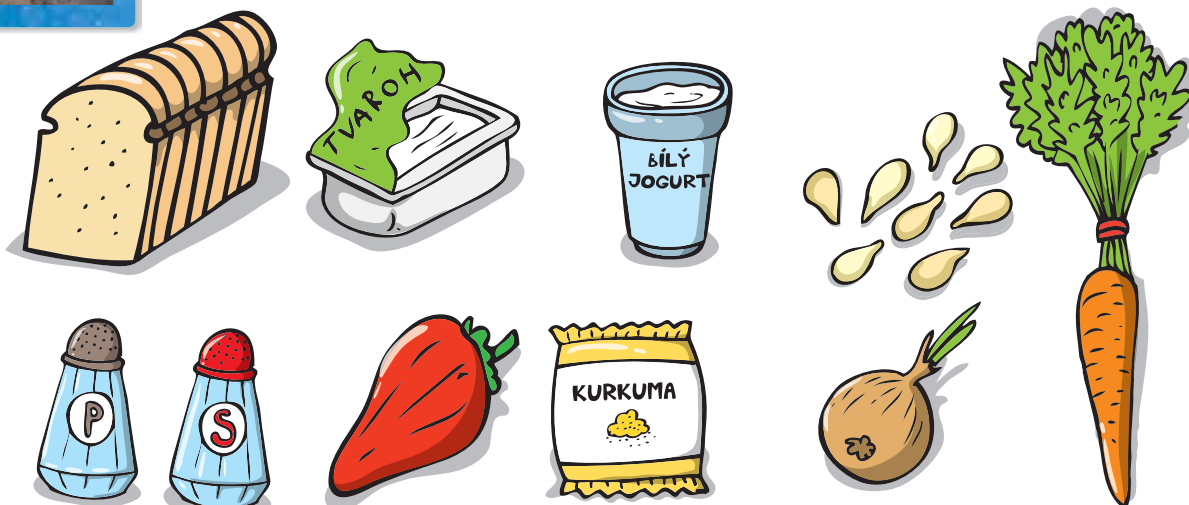
## ZLEPŠOVÁK

Slupky okurky nám zehladí spáleniny od sluníčka.





# SLUNÍČKA



## CO POTŘEBUJEME:

NA 6 VELKÝCH A 6 MALÝCH SLUNÍČEK

- 12 toustových chlebů
- 120 g tvarohu
- 2 lžíce hustého bílého jogurtu
- 1 mrkev
- 1/4 cibule
- 1/2 lžičky kurkumy
- sůl
- pepř
- červená paprika
- dýňová semínka

1



Oloupanou mrkev nastrouháme najemno (kousek si necháme na ozdobu), cibuli nakrájíme nadrobno.

2



Smícháme tvaroh, jogurt, kurkumu, mrkev, cibuli, přidáme špetku soli a pepře.

3



Z poloviny toustových chlebů vykrojíme sluníčka.

4



Druhou polovinu namažeme pomazánkou a přiklopíme chléb s vykrojeným sluníčkem.

5.



Vykrojená sluníčka také pomažeme pomazánkou...

6.



... a ozdobíme semínky, mrkví a paprikou. Na oči můžeme použít i malé lístky bylinek.

## ZLEPŠOVÁK

Je-li pomazánka příliš tekutá, zahustíme ji lžící rozemletých oříšků.





# OROBINEC



## CO POTŘEBUJEME:

NA 10 KUSŮ

- 500 g mletého hovězího masa
- 2 stroužky česneku
- 1 hrst petrželové natě
- sůl
- pepř
- 3 lžice horké vody
- špejle



Špejle namočíme do studené vody.



Petrželovou nať nasekáme nadrobno a česnek prolisujeme.



Maso smícháme s petrželkou, česnekem, kořením a horkou vodou. Vše prohněteme a necháme asi 1 hodinu v lednici.



Tvarujeme malé válečky ...

5.



... které napichujeme podélně na špejle.

6.



Opékáme na rozpáleném grilu ze všech stran asi 8 minut.

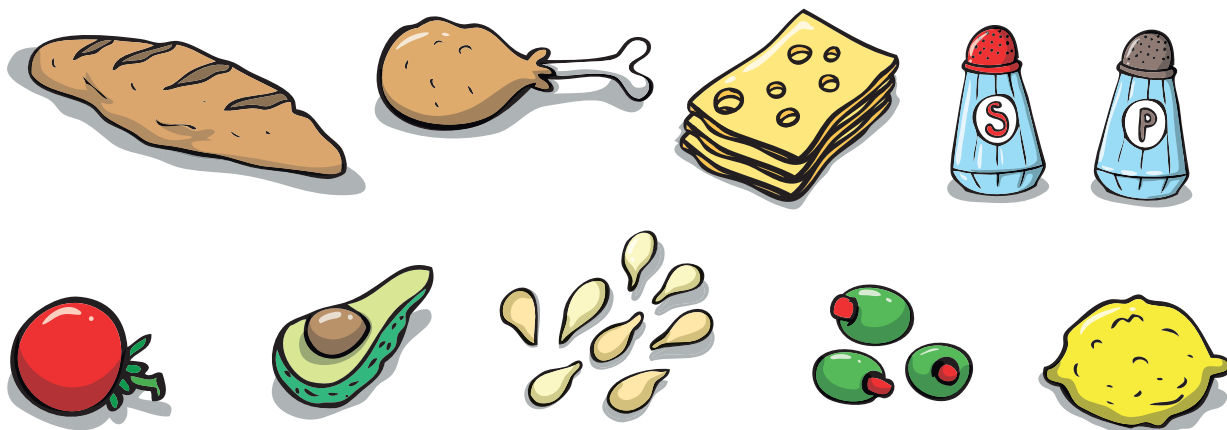
## ZLEPŠOVÁK

Špejle dáme namočit do vody alespoň na hodinu, aby při grilování neshořely.





# ŠTIKA

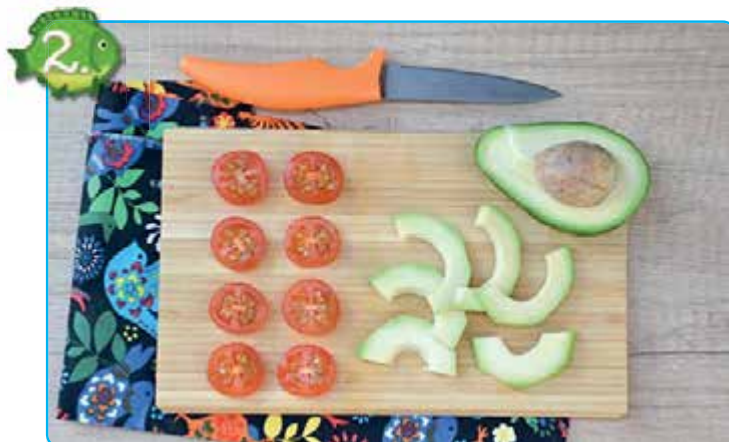


## CO POTŘEBUJEME:

- 100 g pečeného kuřecího masa
- 1 rajče
- 1/2 avokáda
- sýr
- sůl
- pepř
- špičatá bageta
- olivy s papričkou
- dýňová semínka
- citron



1. Avokádo rozpůlíme, odstraníme pecku a pokapeme citrónem.



2. Rajče a avokádo nakrájíme na tenké plátky, osolíme a opeříme. Avokádo znova pokapeme citrónem.



3. Kuřecí maso natrháme na malé kousky.



4. Bagetu podélně rozkrojíme, poklademe sýrem ...

5



... masem, rajčaty a avokádem. Přiklopíme druhou polovinou bagety.

6



Dozdobíme dýňovými semínky (zuby), kolečky oliv (oči), které připícheme párátkem, a kouskem avokáda (ploutev a ocas).

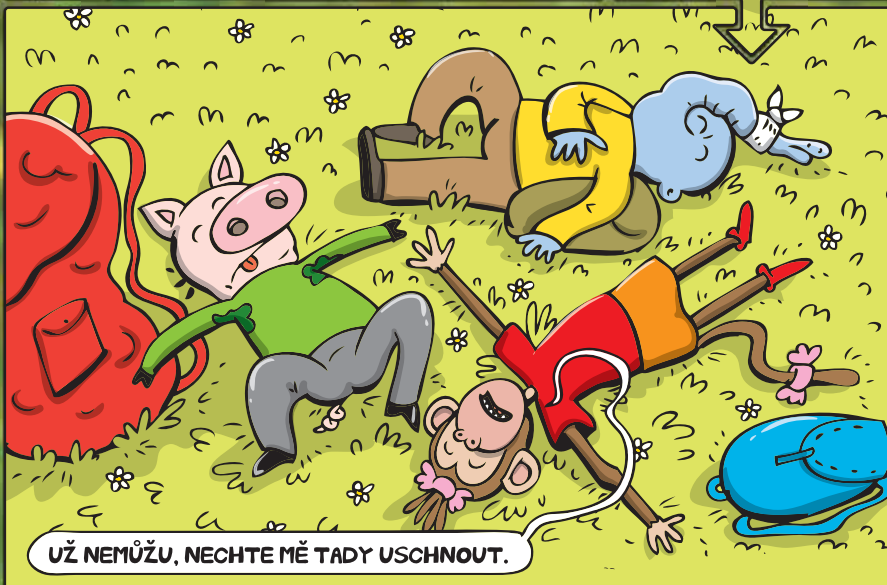
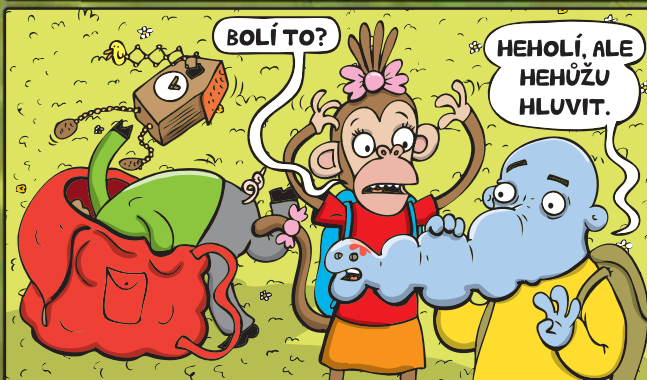
## ZLEPŠOVÁK

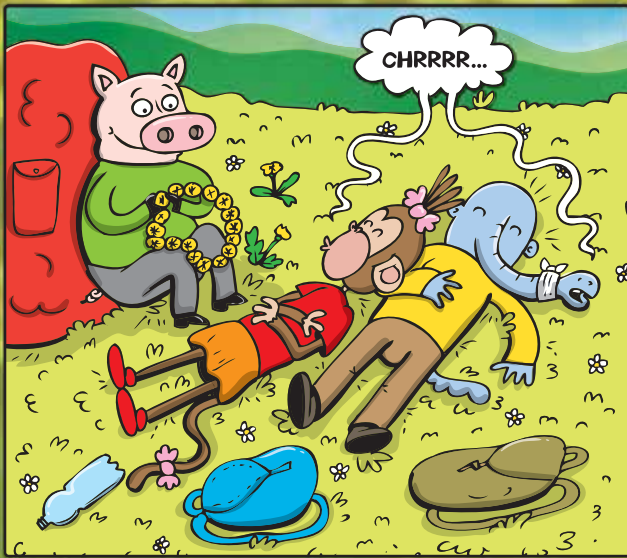
Když nakrájené avokádo potřeme citronovou šťávou, nezhnědne.





NA LOUCE





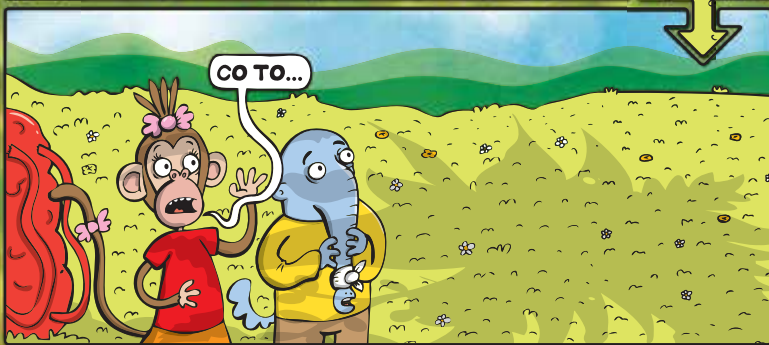
CHRRRR...



CHROCHTO?

KDE MŮŽE BÝT?  
MĚLI BYCHOM VYRAZIT.

SNAD SE NÁM  
NEZTRATIL.



CO TO...



HAHAHA...

...JÉÉÉ!



ZA TÍM LESEM UŽ BY MĚL BÝT TÁBOR.

HURÁ, BUDE VEČEŘE!



A ZE SLUNEČNÍKU JE DEŠTÍK!



NEDÁ SE NIC DĚLAT, MUSÍME SE ZASE USUŠIT.

BRRR

KONEC