



A co,
jeśli nauczę się
gotować?

Świat ciasteczek

LAWENDOWE CIASTECZKA

Nadeszła piękna pachnąca wiosna.

Kupujemy teraz rozmaite kwiaty, które ozdobią nasze parapety, balkony i ogródki. Wszystkie sadzonki już w tej chwili przepięknie kwitną. I pachną.

Na pewno znacie lawendę? To delikatny, fioletowy kwiatek, hodowany masowo we Francji. Cudownie pachnie i ma sporo dobrych właściwości leczniczych. Nasze prababcie stosowały ją do wielu rzeczy. Sami sprawdźcie, co można zrobić z lawendą i zasadźcie ją w doniczce.

A CZY WIECIE, ŻE Z LAWENDĄ MOŻNA UPIEC CIASTECZKA?

Co nam będzie potrzebne?

1. Poproście Rodziców o małą doniczkę lawendy, która już nieco kwitnie.
2. Obetnijcie kwiatostany. Samą roślinę starannie zasadźcie w doniczce. Jeśli będziecie ją pielęgnować, kwiatostany odrosną i będą pięknie pachnieć.



3. Te, które ucieliście, delikatnie rozdrobnijcie, tak, aby otrzymać dwie łyżeczki kwiatuszków.

A photograph of several round, golden-brown cookies stacked on a dark grey stone surface. Fresh lavender flowers are scattered around the cookies, some resting on them. The background is softly blurred, showing more lavender flowers.

Przygotuj:

UWAGA:

**BĘDZIESZ
POTRZEBOWAĆ WAGI
KUCHENNEJ**

Składniki :

- 225 g masła
- 165 g cukru
- 1 jajko
- 165 g mąki
- 2 łyżki kwiatów lawendy
- 1 szczypta soli

Co robimy?

1. W misce ucieramy masło z cukrem i jajkiem na puszystą masę.

Możesz użyć elektrycznego miksera



2. W drugiej misce mieszamy "suche" składniki: mąkę, sól i kwiatki lawendy.

3. Wszystkie składniki razem łączymy i zagniatamy ciasto. Wyrabiamy na posypanym mąką blacie.

4. Dzielimy na dwie równe części. Każdą oddzielnie rękami, aby powstał walek ciasta.

5. Zawijamy w folię spożywczą i chowamy do zamrażalnika na ok. 20-30 minut.

6. Stodzone ciasto kroimy w ok. 1 cm plasterki, układamy na blasze wyłożonej papierem do pieczenia, Przy krojeniu poproś o pomoc Mamę albo Tatę.

7. Lawendowe ciastka po wierzchu posypujemy cukrem. Pieczemy ok. 30 minut w piekarniku nagrzanym do temperatury 160-170 stopni. Trzeba sprawdzać, żeby się nie spaliły.

8. Studzimy na kratce

Co może lawenda?

Lawenda jest jedną z najważniejszych roślin dla przemysłu perfumeryjnego i kosmetycznego. Lawendę cenią też farmaceuci i..., jak już sprawdziliśmy, smakosze. Warto więc mieć ją w domowej apteczce i na kuchennej półce z przyprawami. Jakie jeszcze właściwości lecznicze ma lawenda?

- 1. Lawenda uspokaja i pobudza*
- 2. Lawenda wspomaga układ trawienny*
- 3. Lawenda łagodzi ból*
- 4. Lawenda pomaga na problemy skórne.*