

ECHO SIÓDEMKI

"ZIMA"



(zdjęcie: osada.skyrock.com)

nr 2 - 2019/2020

Zimowe czarowanie

Zapraszamy was, kochani,
na zimowe czarowanie.
Bo sopelkiem srebrnym, małym,
przemienimy świat nasz cały !

Dla babuni ukochanej
zrobimy ze śniegu zamek.
W nim okna z lodowych szybek
i daszek śmieszny, jak grzybek.

Dla dziadziusia pojazd biały,
na wyprawy doskonały.
Niech pokona zasy śniegu,
nigdy nie ustanie w biegu !


Na koniec weźmiemy różdżkę,
zamienimy w lesie dróżkę
na puszystą, białą trasę,
która pobiegnie pod lasem.

I tam babcie zaprosimy,
niespodziankę im zrobimy,
by na sankach wraz z dziadkami
mogły bawić się dziś z nami !!!

autor: Beata Żyto



(zdjęcie:tapeciarnia.pl)



A to ciekawe, czyli świąteczne tradycje na świecie



W Polsce wieczerza wigilijna rozpoczyna się po zapadnięciu zmroku, gdy na niebie pojawia się pierwsza gwiazda.


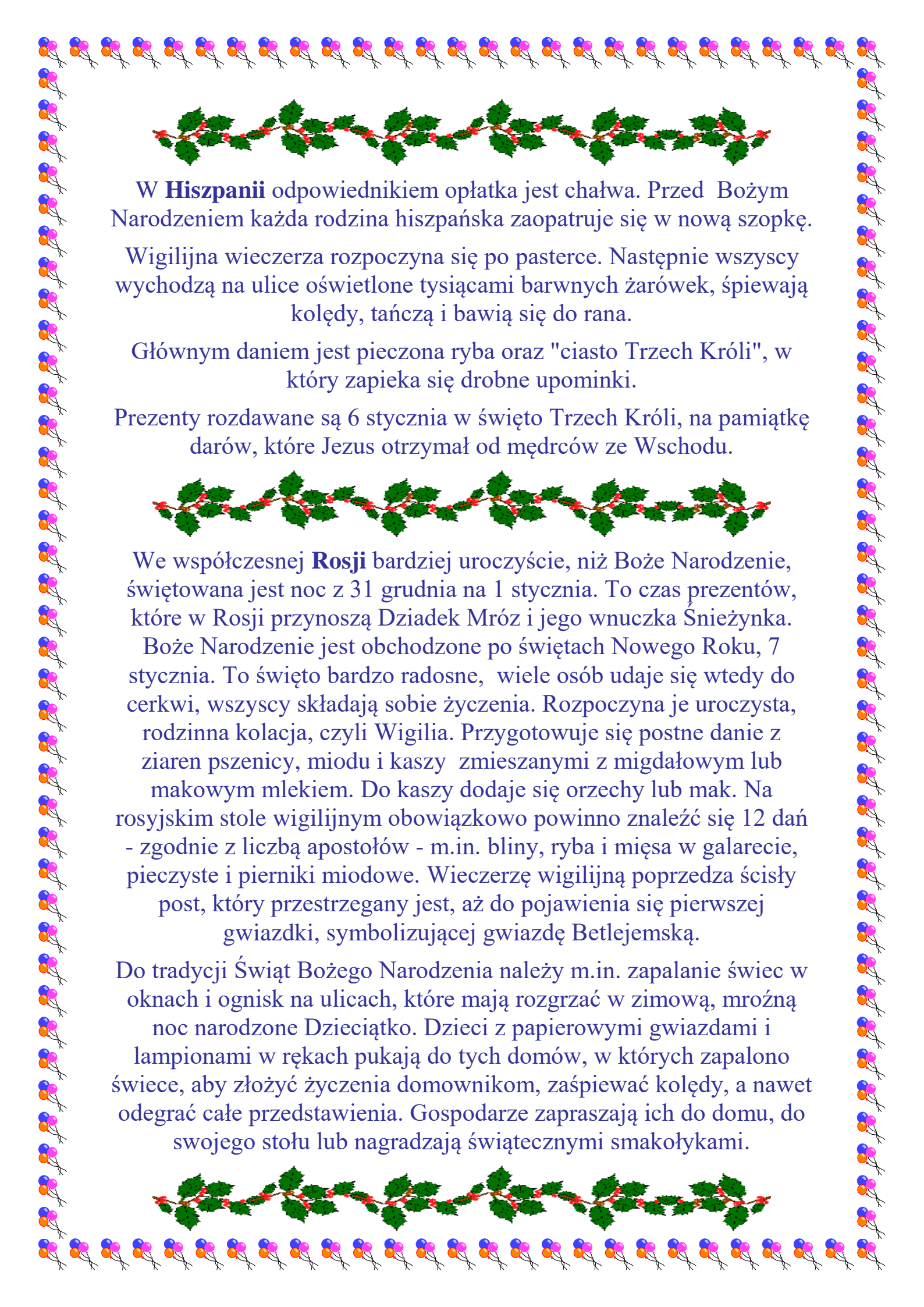
Wtedy cała rodzina gromadzi się w jednym pokoju, przy stole nakrytym białym obrusem. Pod nim rozłożone jest siano. Kiedy już wszyscy domownicy staną wokół stołu, najstarsza osoba w rodzinie rozpoczyna modlitwę, odczytuje fragment Pisma św. o narodzinach Jezusa, następnie bierze z talerzyka biały opłatek, podchodzi do każdego, łamie się nim i składa życzenia. W tym dniu wspomina się wszystkich, którzy nie mogą być z nami. To z myślą o zmarłych i o każdym, kto nie ma gdzie spędzić tego wieczoru, leży na stole dodatkowe, puste nakrycie.

W czasie Wigilii najważniejszy jest opłatek i zawsze pierwszy. Dopiero gdy podzielimy się opłatkiem, możemy skosztować czerwonego barszczu z uszkami, czarnego maku, brązowych orzechów i srebrnych ryb. Przedtem nie wypada śpiewać nawet kolęd.



Tradycja obchodów Świąt Bożego Narodzenia jest głęboko zakorzeniona nie tylko w narodzie polskim. Na całym świecie katolicy świętują narodzenie Jezusa, ale w każdym kraju panują nieco odmienne zwyczaje. Do rozpowszechniania zwyczaju budowania żłóbków i szopek najwięcej przyczynił się św. Franciszek z Asyżu i jego bracia. To on, chcąc przypomnieć narodziny Pana Jezusa, nakazał nanieść do groty siana i przyprowadzić wołu i osła. Zawołał braci i pobożnych ludzi. Tam odczytał im Ewangelię o narodzeniu Zbawiciela i wygłosił kazanie o wcieleniu Słowa.






W **Hiszpanii** odpowiednikiem opłatka jest chałwa. Przed Bożym Narodzeniem każda rodzina hiszpańska zaopatruje się w nową szopkę.

Wigilijna wieczerza rozpoczyna się po pasterce. Następnie wszyscy wychodzą na ulice oświetlone tysiącami barwnych żarówek, śpiewają kolędy, tańczą i bawią się do rana.

Głównym daniem jest pieczona ryba oraz "ciasto Trzech Króli", w który zapieka się drobne upominki.

Prezenty rozdawane są 6 stycznia w święto Trzech Króli, na pamiątkę darów, które Jezus otrzymał od mędrców ze Wschodu.



We współczesnej **Rosji** bardziej uroczyście, niż Boże Narodzenie, świętowana jest noc z 31 grudnia na 1 stycznia. To czas prezentów, które w Rosji przynoszą Dziadek Mróz i jego wnuczka Śnieżynka.

Boże Narodzenie jest obchodzone po świętach Nowego Roku, 7 stycznia. To święto bardzo radosne, wiele osób udaje się wtedy do cerkwi, wszyscy składają sobie życzenia. Rozpoczyna je uroczysta, rodzinna kolacja, czyli Wigilia. Przygotowuje się postne danie z ziaren pszenicy, miodu i kaszy zmieszanych z migdałowym lub makowym mlekiem. Do kaszy dodaje się orzechy lub mak. Na rosyjskim stole wigilijnym obowiązkowo powinno znaleźć się 12 dań - zgodnie z liczbą apostołów - m.in. bliny, ryba i mięsa w galarecie, pieczone i pierniki miodowe. Wieczere wigilijną poprzedza ścisły post, który przestrzegany jest, aż do pojawienia się pierwszej gwiazdki, symbolizującej gwiazdę Betlejemską.

Do tradycji Świąt Bożego Narodzenia należy m.in. zapalanie świec w oknach i ognisk na ulicach, które mają rozgrzać w zimową, mroźną noc narodzone Dzieciątko. Dzieci z papierowymi gwiazdami i lampionami w rękach pukają do tych domów, w których zapalono świece, aby złożyć życzenia domownikom, zaśpiewać kolędy, a nawet odegrać całe przedstawienia. Gospodarze zapraszają ich do domu, do swojego stołu lub nagradzają świątecznymi smakołykami.





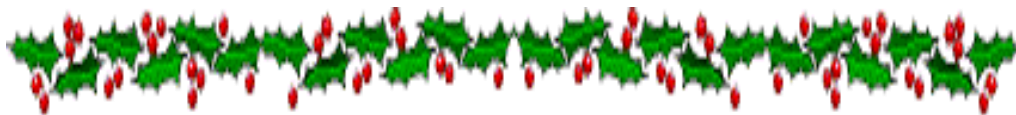
W Australii Święta Bożego Narodzenia przypadają w czasie letnich wakacji, więc wiele imprez gwiazdkowych odbywa się na świeżym powietrzu. Australijczycy bardzo lubią się spotykać w mieście na wspólnym kolędowaniu przy świecach, które nazywają "Carols by Candlelight". Z powodu wysokich temperatur nikt nie spędza wielu godzin w kuchni. To dobry czas na relaks, np. surfing, jazdę na rowerze, żeglowanie i grillowanie ze znajomymi i rodziną.



Święta w Chinach określa się mianem "Shengdan Jie", czyli "Święta Czcigodnych Urodzin". Obchodzi je niewielka liczba chrześcijan, dlatego nie są to dni wolne od pracy. Tradycja bożonarodzeniowa jest jednak obecna, choć bardziej komercyjnie. Chińczycy przyozdabiają swoje domy, ubierają choinki, robią kolorowe łańcuchy z papieru i wręczają drogie prezenty. Dzieci wierzą w Shengdan Laoren, czyli lokalnego św. Mikołaja. W Wigilię rodziny spotykają się w restauracjach, a potem idą bawić się w klubach lub przy karaoke.



W Szwecji uroczystości Bożego Narodzenia rozpoczynają się 13 grudnia, czyli w dniu Świętej Łucji. Szwedzi obchodzą to święto bardzo uroczyście. Prezenty przynosi św. Mikołaj, czyli Jultomte tuż po kolacji wigilijnej. Tylko nieliczni udają się do kościołów na pasterkę, ale zgodnie z tradycją, każdy, kto zjawi się tego dnia w domu, musi zostać ugoszczony. Tradycyjnymi świątecznymi posiłkami jest np. ryżanka zwana "risgrynsgr" z cynamonem i migdałami, ryby oraz grzane wino Glögg.



SUKCES TO ETAP PROCESU UCZENIA SIĘ, NIE CEL... CZYLI SIÓDEMKOWA GALERIA TALENTÓW

W tym numerze prezentujemy
KLASY II

- **Maja Grajser**- plastyka
- **Maja Schedler** - plastyka
- **Maja Skitek**- plastyka
- **Natalia Skitek** – plastyka
- **Karolina Krzyżaniak**- plastyka
- **Maria Rosikiewicz** – plastyka
- **Leon Jeckel** - taniec

Jeśli chcesz poznać ich bliżej,
zapraszamy na II piętro
do **Galerii Talentów** 😊



(Zdjęcie:naszszkoly.krakow.pl)

Kartka z kalendarza

Zimą imieniny obchodzą....



GRUDZIEŃ/STYCZEŃ

31.12. Sylwester

Sylwester to imię pochodzenia łacińskiego i wywodzi się od słowa silvestris oznaczającego: „człowiek żyjący w lesie”, „dziki”.

Sylwester musi nieustannie współzawodniczyć i walczyć o pozycję społeczną. Często jest duszą towarzystwa. Sukces osiąga ciężką pracą, którą ochoczo przyjmuje, ponieważ pragnie dobrobytu. Silnie sprzeciwia się kłamstwu i obłudzie. To spokojny i opanowany mężczyzna, który nie lubi znajdować się w centrum uwagi, ale wygodnie i po mistrzowsku obejmuje drugi plan. W pracy jest bardzo cierpliwy, skrupulatny i nie należy go popędzać. Potrafi przekonywać innych do swoich idei i robi to. Ma w sobie ogromny potencjał, ale powinien go odpowiednio ukształtować. Bardzo szybko się męczy i wycofuje.

Szczęśliwy kolor, liczba, kamień:

Zielony, 2, tygrysie oko

21.01. Agnieszka

Agnieszka jest imieniem pochodzenia greckiego, przyjętym później również w łacinie. Greckie „hagné” oznacza kobietę czystą, dziewiczą. Agnieszka to kobieta, której wszędzie pełno. Nie ma żadnych problemów z nawiązywaniem nowych znajomości, aklimatyzacją w nieznanym miejscu. Swoją żywiołową osobowością błyskawicznie zjednuje sobie dopiero co poznane osoby. Posiada umiejętność kierowania ludźmi tak, by robili to, czego ona od nich oczekuje. Agnieszka reaguje na to, co ją spotyka bardzo emocjonalnie. W jednej chwili potrafi przejść od stanu euforii do załamania. Dlatego trzeba umiejętnie z nią postępować w takich momentach, nie zrażać się, gdy powie coś niemiłego – później szczerze tego żałuje i przeprosza. Osoba o tym imieniu świetnie sprawdza się w zawodach wymagających dużej kreatywności i niekoniecznie systematyczności. Mała Agnieszka to prawdziwy wulkan energii. Absorbuje całą uwagę rodziców, przez co mogą mieć oni problem ze znalezieniem czasu dla siebie.

Preferowane zawody

Manager, marketingowiec, sprzedawca,
prezenterka.

Szczęśliwy kolor, liczba, kamień

Liliowy, 3, ametyst

Luty



14.02. Walenty

Imię Walenty wywodzi się od przydomka Valentinus, utworzonego od łac. valens, co oznacza mocny, silny, z Mężczyzna o tym imieniu jest towarzyski, tolerancyjny, potrafi umiejętnie łagodzić konflikty. Sukcesywnie osiąga zamierzone cele, a to dzięki ogromnemu entuzjazmowi i zapałowi w działaniu. W sypialni Walenty preferuje namiętność i dzikość. Jest w stanie stworzyć udany, oraz trwały związek oparty na miłości, zaufaniu i niezależności.

Poradzi sobie w zawodach, gdzie niezwykle ważna jest umiejętność kojarzenia faktów. W swojej pracy Walenty skutecznie korzysta z inteligencji emocjonalnej i nie toleruje chamstwa, oraz obłudy. Najlepiej sprawdzi się w przedsiębiorstwie rodzinnym.

Preferowane zawody dla osób o tym imieniu
Żołnierz, strażak, ratownik, policjant.

Szczęśliwy kolor, liczba, kamień: różowy lub czerwony, 1, diament.



22.02. Małgorzata

Imię Małgorzata pochodzi od greckiego margarites i oznacza perłę. Małgorzata to kobieta powabna i emanująca wewnętrznym pięknem. Jest inteligentna i twórcza. Potrafi rządzić i kierować. Z łatwością ustala hierarchię ważności powierzonych jej zadań. Lubi pracować. Źle znosi niezapowiedziane wizyty i niespodzianki – wszystko musi mieć zaplanowane. Jest ona dobrą panią domu, a jej rodzinie niczego nie zabraknie. Na pewno urządzi się z przepychem. Małgorzata to wierna romantyczka o naturze sentymentalnej, co wpisuje się w jej naturę aktorki.

Preferowane zawody dla osób o imieniu
lekarka, pisarka, aktorka, modelka,
menedżerka, architekt

Szczęśliwy kolor, liczba, kamień
Biały, 3, perła

Marzec

5.03. Oliwia

Oliwia jest kobietą mądrą, uczuciową, ciepłą i rodzinną. Ma artystyczną duszę, wiele talentów, jest kreatywna i wrażliwa na sztukę. To bardzo barwna i oryginalna osobowość, obdarzona mocnym charakterem i zdolnościami interpersonalnymi. Jest otwarta i towarzyska, dzięki czemu ma wielu oddanych przyjaciół, którzy uwielbiają spędzać z nią czas.

Cechuje ją także pogodne usposobienie i pozytywne nastawienie do rzeczywistości. Jest raczej ugodowa, unika kłótni i zatargów. Jeśli trzeba, potrafi pójść na kompromis, jednak walka o swoje także nie jest jej obca. Nie toleruje agresji, jest tolerancyjna i świetnie wyczuwa intencje innych ludzi. Ma wyjątkowo rozwiniętą intuicję, którą bardzo często kieruje się w życiu codziennym. Potrafi cieszyć się życiem, najbliższych kocha całym sercem, jest opiekuńcza i pozbawiona egoizmu. Oliwia uwielbia zakupy i życie w luksusie, nie jest jednak przy tym chciwa czy samolubna. Wrodzona ciekawość świata, często nie pozwala jej usiedzieć na miejscu. Kocha dalekie podróże, podczas których zamiast leżeć na plaży, woli jednak poznawać nowe kultury i zbierać życiowe doświadczenie.

Predyspozycje zawodowe:

wokalistka, tancerka, plastyk, grafik, aktorka

Szczyśliwy kolor, liczba, kamień

Srebrny, 2, malachit

17.03. Zbigniew

Zbigniew jest to imię pochodzenia starosłowiańskiego, oznacza: ten, który zbyt często się gniewa lub który powinien pozbyć się gniewu. Potrafi zauroczyć towarzystwo. Bywa egoistyczny, subiektywny oraz zaborczy. Jest błyskotliwy, staranny oraz skrupulatny. Jest człowiekiem inteligentnym, o bogatej wyobraźni i dobrej pamięci.. Potrafi charyzmatycznie pociągnąć za sobą tłumy. Błyskawicznie ocenia ludzi i rozpoznaje, kto jest wart zaufania. Ma zmienny charakter. Lubi dzielić się opowieściami ze swego życia, ale nie przynudza i chętnie sam wysłuchuje innych. Zdarza mu się rozpamiętywać niepowodzenia i porażki, lecz szybko o nich zapomina, jeśli na horyzoncie pojawi się nowe wyzwanie. To urodzony strateg o nieprzeciętnej intuicji!. Interesują go wszelkie tajemnice, lubi rozwiązywać zagadki i poznawać prawa rządzące światem. Nie jest jednak materialistą.

Szczęśliwy kolor, liczba, kamień

Pomarańczowy, 5, koral

Preferowane zawody

Sportowiec, muzyk, rzemieślnik.

(na podstawie www.ksiegaimion, www.znaczenie-imion, www.bibliotekawszkole.pl)

LAUREACI JESIENNYCH KONKURSÓW

Kl. I

**Praca plastyczna „Kolory jesieni”
Dwie równorzędne nagrody**

Katarzyna Thiem kl. I B



Zofia Moskalik kl. I B



Kl. II

Opowiadanie o tematyce jesiennej

Nagroda - Jan Sańko kl. II C

Przeczytajcie nagrodzony tekst:

„Dziwny sen”

Tego dnia pogoda wyjątkowo nie sprzyjała wyjściu z domu. Padał deszcz i wiał przenikliwy wiatr. Dawno minęła piękna, złota jesień... Gdzieś ponad szumem ulewy i zawodzeniem wichury nagle dał się słyszeć dziwny odgłos. Odważyłem się wyjść przed dom iNagle zauważyłem jakaś postać. Kiedy ją zobaczyłem, w głowie wymyśliłem nazwę dla niego: Krzaczastobrody. Powiem szczerze: zachciało mi się śmiać! Nagle poczułem, że jest trochę zimno, więc poszedłem na chwilę do domu po kamizelkę. Później wróciłem na ogród. Nagle... On ucieka! Postanowiłem go gonić, lecz po kilku minutach zmęczyłem się, a on nadal oddalał się. Uciekł mi! A może to nie jest sprawa dla mnie? A może ta? Zapytam sąsiada!

- Halo!
- O, co za niespodzianka!
- Tak, tak to ja, sąsiad z domu obok
- Aha. A po co tu przyszedłeś?
- No bo dzisiaj widziałem dziwną postać...
- Jaką postać?
- No taką całą czarną z ciemnozieloną brodą.
- Chyba wiem, o kogo ci chodzi. Chodź do mojego domu, a wszystko ci wyjaśnię.
- Chętnie!
- Herbatki? A może soku?
- Nie, dziękuję.
- Dobrze. A powiedz mi, czy on był sam?

Opowiedziałem sąsiadowi wszystko, co zapamiętałem. Sąsiad słuchał uważnie. Zauważyłem, jak rozmyśla. Byłem ciekaw, o czym myśli. Po chwili sąsiad powiedział :

- Jest to niebezpieczna postać i musimy na nią zrobić zasadzkę!
- Może powinni to zrobić leśnicy albo jakieś służby?
- Właśnie z nimi to zrobimy!
- Aha! A kiedy?
- Później wyjaśnię ci resztę. A tymczasem idź do domu.
- Dobrze. Pa, panie sąsiedzie!
- Pa!

„Ale miły sąsiad!”- pomyślałem. No to pójdę do domu.

W domu zastanawiałem się, jaka powinna być ta pułapka. Może to ma być wielka i głęboka dziura? Albo mięso zakryte krzakami, a w krzakach pułapka? Nagle spostrzegłem, że jest późno. Wszedłem na ulicę i ...

- Kochanie! Czas do szkoły! – powiedziała mama.

Okazało się, że to był tylko sen 😊.

Wyróżnienie – Mateusz Jądrzyk kl. II C

Przeczytajcie wyróżniony tekst:

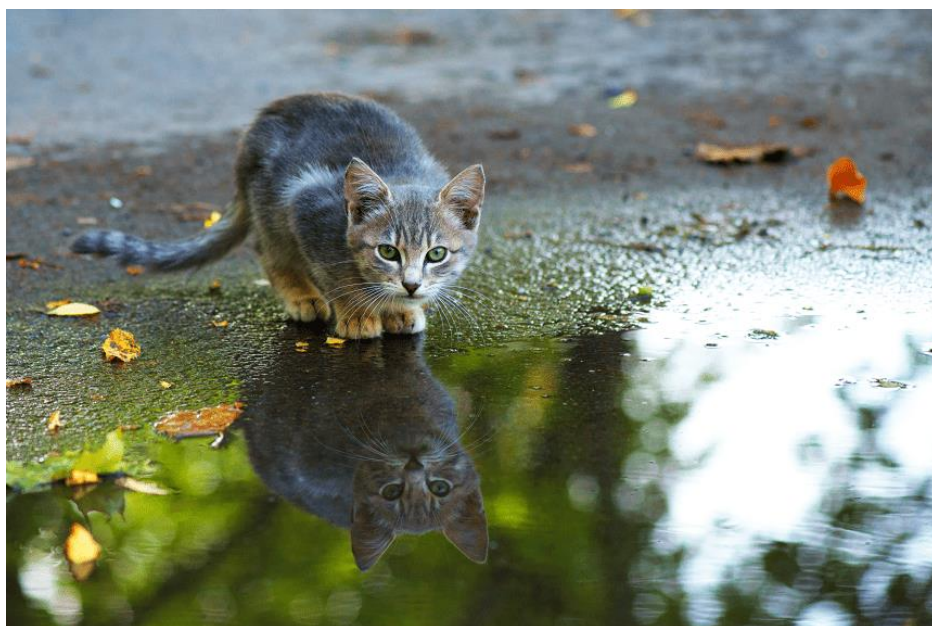
Tego dnia pogoda wyjątkowo nie sprzyjała wyjściu z domu. Padał deszcz i wiał przenikliwy wiatr. Dawno minęła piękna, złota jesień... Gdzieś ponad szumem ulewy i zawodzeniem wichury nagle dał się słyszeć dziwny odgłos. Odważyłem się wyjść przed dom i patrzeć: jak tu pięknie!

Wszystkie kolory liści! Liście były mokre , ale lśniły w świetle dnia. Liście spadały z drzew i one robiły taki dziwny odgłos.

Poszedłem dalej i spotkałem mojego kolegę, który wracał ze szkoły. Namówił mnie do pójścia pod wodospad.

Wtedy właśnie zauważyłem malutkiego kotka. Był zmarznięty, przemoczony i głodny. Od razu wiedzieliśmy, że musimy się nim zaopiekować. Wzięliśmy go do domu. Zabawa z kotkiem nie miała końca.

To był najcudowniejszy dzień tej jesieni !



(zdjęcie: zooart.com.pl)

Kl. III
Jesienna poezja czyli wiersz o tematyce jesienniej

Nagroda: Zuzanna Ignaszak kl. III C

Zapraszamy do przeczytania jesienniej poezji ☺

Jesienią liście spadają z drzew.
Różnią się kształtem i kolorami.
Gdy mgła w powietrzu unosi się,
zwierzęta zapadają w zimowy sen.

Drzewa na wietrze tańczą,
gdy porusza nimi wiatr.
Wpatrzona w oknie siedzę
i podziwiam piękny świat.



(zdjęcie:allegro.pl)

Zwycięzcom gratulujemy i życzymy dalszych sukcesów!

W karnawale jemy zdrowo i kolorowo czyli przepisy na zdrowe słodkości :”)

Czy to możliwe, żeby słodczyce były zdrowe?
Ależ tak! Przekonajcie się sami i wypróbujcie przepisy
naszych Czytelników :D

Batoniki owsiane

Produkty:

- dojrzały banan, rozgnieciony widelcem
- łyżka miodu
- ok. 1 szklanki płatków owsianych
- dodatki wg uznania : żurawina, pestki słonecznika, posiekane pestki dyni, płatki migdałowe lub słupki, siemię lniane, wiórki kokosowe, rodzynki, krojone suszone owoce, orzechy itp.- co kto lubi

Sposób przygotowania:

- wszystkie składniki mieszamy w misce na zwartą masę
- wkładamy ją do formy , wyłożonej papierem do pieczenia lub małego naczynia żaroodpornego
- ugniatamy masę, by była płaska
- pieczemy w temp. 180 C przez 20 min.
- po ostygnięciu kroimy na batoniki



(zdjęcie:SuperPiekarnia.pl)

Paweł Małecki kl. II b

Fit brownie z fasoli

Produkty:

- puszka czerwonej fasoli
- mały banan
- 2 jajka + 1 białko
- duża łyżka kakao
- łyżka oleju kokosowego
- płaska łyżka proszku do pieczenia
- 2 łyżki cukru **lub** rodzyнки

Sposób przygotowania:

- fasolę odcedzamy i płuczemy zimną wodą
- wszystkie składniki oprócz rodzynek blendujemy na gładką masę
- dorzucamy rodzyнки i mieszamy łyżką
- ciasto wlewamy do wyłożonej papierem do pieczenia formy
- pieczemy ok. 40 min w temp. 180 C
- sprawdzamy patyczkiem, czy ciasto upieczone
- najlepiej smakuje ze świeżymi owocami



(zdjęcie: glodnapolka.pl)

Paweł Małecki kl. II b

Kruche ciasteczka a la lizaki

Produkty:

- 1 bloczek sera kremowego Śmietankowego Hochland
- 150 g mąki pszennej
- 60 g masła
- 1 jajko
- 50 g cukru trzcinowego
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- kolorowe drobinki cukrowe - posypka

Lukier:

- 1/2 bloczka serka kremowego Śmietankowego Hochland
- 1 łyżka soku z cytryny
- 130 g cukru pudru

Sposób przygotowania:

- Wszystkie składniki na ciasteczka (za wyjątkiem drobinek-posypki) umieszczamy w misie miksera i wyrabiamy na gładkie ciasto
- Zawijamy w folię spożywczą i chłodzimy w lodówce minimum pół godziny.
- Ciasto rozwałkowujemy na grubość około 5 mm.
- Wykrawamy kwiatki, serduszka lub inne dowolne kształty.
- W każde wbijamy patyczek, układamy na papierze do pieczenia w odstępach.
- Pieczemy 14 minut w 190 °C.
- W czasie pieczenia przygotowujemy lukier: serek kremowy, sok z cytryny i cukier puder ucieramy w mikserze na gładką masę.
- Każdego lizaka polewamy lukrem i posypujemy cukrowymi drobkami.



(zdjęcie:jestemkobieta.com)

Słodko-kwaśny sernik na orzechowym spodzie

Produkty:

Spód:

- Daktyle 1 szklanka
- Wiórki kokosowe 1/2 szklanki
- Migdały 1/2 szklanki
- Pistacje 1/2 szklanki
- Masło 3 łyżki

Masa:

- Nerkowce namoczone przez noc 1 szklanka
- Olej roślinny 1/4 szklanki
- Śmietanka kokosowa 1 szklanka
- Ser kremowy Hochland Śmietankowy 2 bloczki
- Wiórki kokosowe 1 1/2 szklanki
- Sok z dwóch limonek
- Ekstrakt waniliowy 1 łyżeczka
- Cukier 1/4 szklanki
- Skórka z limonki, pistacje do dekoracji

Sposób przygotowania:

Spód:

- Wszystkie składniki spodu należy zblendować
- Foremkę najlepiej wyłożyć papierem do pieczenia.
- Następnie przełożyć masę do foremki, ugnieść, wygładzić, a potem wstawić do lodówki na 20 minut.

Krem:

- Zblendować nerkowce, potem wymieszać wszystkie składniki,
- Dodać dwa bloczki sera Hochland śmietankowy.
- Następnie trzeba całość zmiksować do kremowej konsystencji.
- Tak uzyskaną masę należy wylać na spód, wygładzić i włożyć do zamrażarki na 1 godzinę, potem wyjąć z zamrażarki i pokroić na kwadraty.
- Można podawać kawałki udekorowane plasterkami limonki i pokruszonymi pistacjami.
- Sernik przechowujemy w lodówce.



(zdjęcie:kremowe.hochland.pl)

Domowy kisiel

Produkty:

- opakowanie mrożonych owoców (malin lub wiśni)
- 4 łyżki cukru
- mąka ziemniaczana
- jogurt naturalny

Sposób przygotowania:

- opakowanie mrożonych owoców (malin lub wiśni) zagotować z cukrem - ok. 4 łyżek.
- rozrobić mączkę ziemniaczaną w zimnej wodzie i stopniowo dodawać do owoców mieszając - proporcje wg uznania, ja wykorzystuję prawie kubek mąki
- podawać z gęstym jogurtem



(zdjęcie:polki.pl)

Piotr Adler kl. II b

Pudding chia

Produkty:

- 3 łyżki nasion chia (szałwi hiszpańskiej)
- $\frac{3}{4}$ szklanki mleka kokosowego
- 1 łyżeczka kakao
- kilka pokrojonych daktyli
- 1 łyżeczka miodu

Sposób przygotowania:

- nasiona chia mieszaj z mlekiem kokosowym przez 5 minut i wstaw do lodówki
- po 10 minutach znowu wymieszaj
- dodaj kakao, miód i daktyle
- zostaw na noc w lodówce
- podawaj z owocami



(zdjęcie:jessicainthekitchen.com)

Czekoladowy sernik z ksylitolem

Produkty:

- ½ kg twarogu na sernik
- 2 jajka
- 60 g budyniu czekoladowego
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- 2 łyżki ksylitolu zamiast cukru

Sposób przygotowania:

- wszystkie składniki blendujemy na gładką masę
- przelewamy do formy 18 cm
- pieczemy przez godzinę w temp. 190 C
- po ostudzeniu możemy udekorować owocami i czekoladą



foto: Iza Kulińska

(zdjęcie:smacznapyza.blogspot.com)

Czekoladowe trufle z daktylami

Produkty:

- szklanka daktyli
- 1 łyżka kakao
- ¼ szklanki kokosu
- ¼ szklanki nasion słonecznika
- 1 łyżeczka skorki pomarańczowej

Sposób przygotowania:

- szklankę daktyli zalewamy wrzątkiem
- gdy zmiękną, odsączamy
- dodajemy kakao, kokos i słonecznik
- blendujemy na gładką masę
- dodajemy skórkę pomarańczową
- blendujemy drugi raz
- lepimy kuleczki - trufle
- wkładamy do lodówki
- gdy będą lekko schłodzone, obtaczamy w kakao i kokosie



(zdjęcie: zajadam.pl)

Świąteczne ciasteczka maślane

Produkty :

- ½ kg mąki
- ½ szklanki cukru
- 3 łyżeczki proszku do pieczenia
- kostka miękkiego masła
- 2-3 jajka
- łyżka śmietany

Sposób przygotowania:

- mąkę, cukier i proszek do pieczenia mieszamy ze sobą w misce.
- dodajemy do tego masło, śmietanę i jajka
- wszystkie składniki mieszamy ze sobą do uzyskania konsystencji plasteliny - jeśli ciasto jest zbyt klejące, dodajemy jeszcze stopniowo mąki
- rozwałkujemy ciasto na kilka grubość kilku milimetrów i wycinamy w nim różne kształty - jeśli nie mamy foremek ,możemy użyć szklanek do wycięcia kółek
- wycięte kształty układamy na papierze do pieczenia i wkładamy blachę z nimi do piekarnika.
- w temperaturze 180 stopni pieczemy około 15 minut
- jeśli mamy na to ochotę możemy je później udekorować.



Zimowy Konkurs dla klas I

Witaj Artysto z klasy I !
W tym numerze zapraszamy Ciebie do zabawy w projektanta mody karnawałowej ☺

Wykonaj pracę plastyczną, w której podzielisz się z innymi swoją wizją wymarzonego, szalonego kostiumu na bal przebierańców!
Do dzieła! Użyj swej fantazji i wyobraźni!

Wymogi uczestnictwa:

- kartka A4 (kolor tła dowolny)
- technika dowolna
- dane autora: imię nazwisko i klasa – z TYŁU pracy



(zdjęcie:zsp3.gliwice.pl)

Najlepsza praca plastyczna zostanie nagrodzona i opublikowana w kolejnym numerze Echa Siódemki !

Zimowy Konkurs dla klas II

Młodzi Poeci!

Wiemy, że lubicie bawić się słowami i rymami.
Ten konkurs jest dla Was!

**Stwórzcie rymowanki
na zimowe wieczory i ranki!**

Napiszcie minimum 3 zwrotki po 4 wersy !
Wierzymy, że dacie radę!
Już czekamy na Waszą zimową poezję!

Najlepszy wiersz zostanie nagrodzony i opublikowany
w kolejnym numerze Echa Siódemki !



Zimowy Konkurs dla klas III

Twórczy Trzecioklasisto!

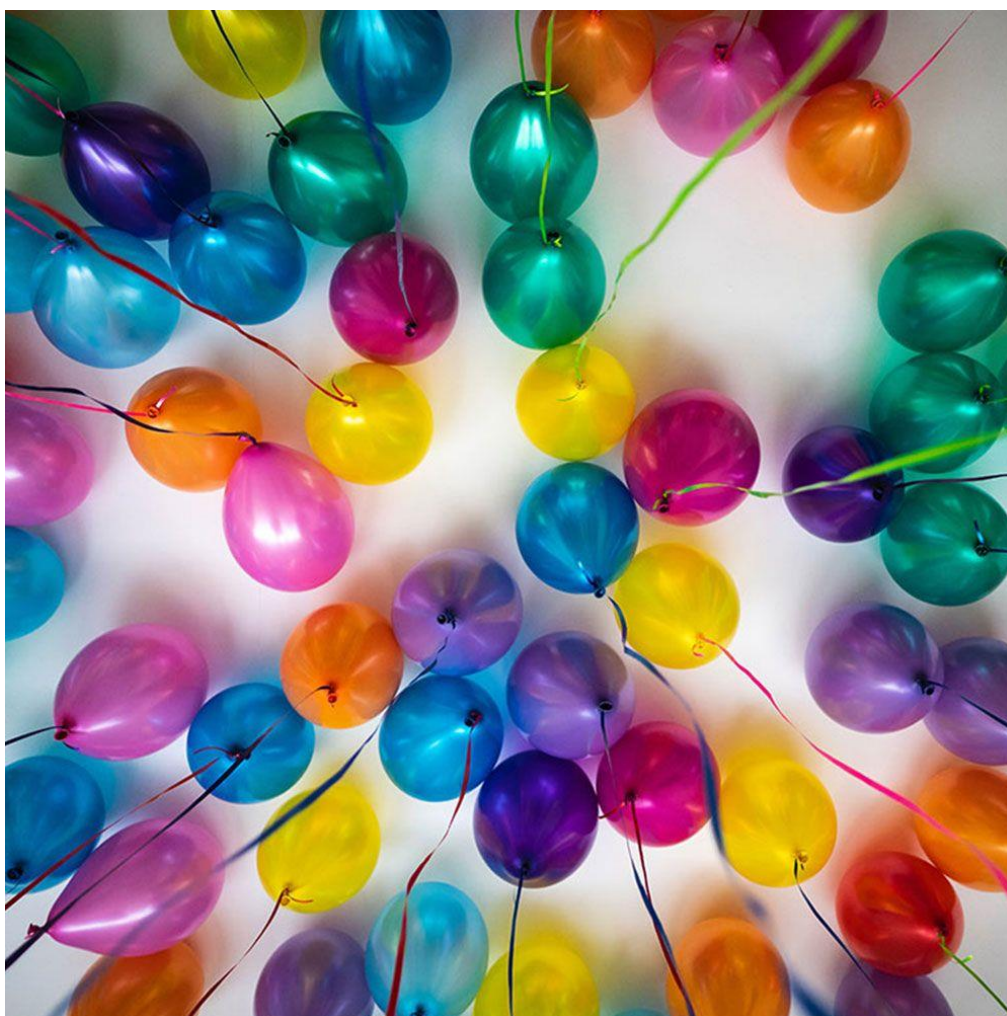
Tym razem całkiem inna propozycja konkursowa!

Spróbuj swoich sił i pobaw się słowem.

Skonstruuj własną krzyżówkę o tematyce karnawałowej!

Hasło główne musi mieć minimum 8 liter 😊

Ten konkurs jest Twoją szansą!



(zdjęcie:partymarket.pl)

Najlepsza krzyżówka zostanie nagrodzona i opublikowana w kolejnym numerze Echa Siódemki !

Na rozwiązanie zadań konkursowych czekamy cierpliwie
do 20 marca !

PODPISANE PRACE (imię, nazwisko i klasa)
prosimy dostarczać do sali **202** lub **203**

Liczymy na Waszą twórczą inwencję
i już z zaciekawieniem czekamy na Wasze prace!

Powodzenia
i wesołych Świąt Bożego Narodzenia!!!



redaktorzy naczelni Echa Siódemki:
Beata Żyto i Małgorzata Ślatała