

DEBOWE UCHO



W tym numerze:
-Artykuły o zwierzętach, które budzą się ze snu zimowego,
-Sonda o ulubionych kwiatkach,
-Przepisy na wiosenne potrawy,
-Moda na wiosnę,
-Quizy,
-Wywiad z R. Dominiką,
-Ważne święta i wydarzenia.



Przepis

na szparagi z jajkiem w koszulce i sosem holenderskim

Składniki:

8 szparagów
(zielonych lub
białych)
2 jajka
2 porcje sosu
holenderskiego
szczypiorek

SOS HOLENDERSKI, 4 PORCJE

2 żółtka (ciepłe, nie
z lodówki)
50 g masła
sok z cytryny (około
2 łyżeczek)
sól, zmielony pieprz
(najlepiej biały)

ORAZ

pieczywo, masło, sól
i pieprz

Przygotowanie:

- **Sos holenderski:** masło roztopić i podgrzać (ma być gorące), usunąć powstałą pianę z powierzchni. Ogrzane w temperaturze pokojowej żółtka ubić na pianę z dodatkiem soku z cytryny, soli i pieprzu. Wciąż ubijając, stopniowo dodawać gorące masło. Na koniec sos powinien puszysty i gęsty.
- **Jajka w koszulkach:** do garnka wlać wodę na wysokość ok. 6 cm. Zagotować, zmniejszyć ogień do minimum. Na 10 sekund zanurzyć we wrzątku całe jajka. Wyjąć łyżką i dopiero wbić do wrzątku, powtórzyć z drugim jajkiem. Gotować przez 2 i 1/2 minuty, jajka wyjąć łyżką cedzakową i odkłóżyć na talerz.
- **Szparagi** opłukać pod bieżącą wodą, odłamać i odrzucić grube jasne końce łodyg (same się złamią w odpowiednim miejscu). Szparagi ugotować w wodzie lub na parze przez ok. 5 minut. Przekroić je wzdłuż na połówki.
- **Pieczywo** posmarować masłem, położyć szparagi, na wierzchu położyć jajko, doprawić wszystko solą i pieprzem, polać sosem holenderskim i posypać szczypiorkiem.



PRZEPIS NA SAŁATKĘ Z ŁOSOSIEM

75g Majonez Dekoracyjny WINIARY

3 łyżki Jogurt naturalny

150g Łosoś różowy

2 Jajka

0.5 Awokado

1 paczka Mix sałata z rukolą

Trochę Sól

Trochę Pieprzu czarny



Krok 1

Łososia umyj i dokładnie osusz ręcznikiem papierowym.

Krok 2

Skrop sokiem z cytryny i oprósz czarnym pieprzem. Możesz też zamarynować rybę wcześniej i wstawić do lodówki.

Krok 3

Na blaszce ułóż filety i skrop olejem. Piecz w piekarniku nagrzanym do temperatury 210°C przez 10-12 minut.

Krok 4

Piecz w piekarniku nagrzanym do temperatury 210°C przez 10-12 minut.

Krok 5

Ugotuj jajka na półmiękkko - włóż do gotującej się wody na 6 minut. Po wyjęciu przelej zimną wodą, pokrój na pół.

Krok 6

Majonez połącz z jogurtem, dopraw solą i pieprzem.

Krok 7

Majonez połącz z jogurtem, dopraw solą i pieprzem.

Krok 8

Awokado pokrój na plastry. Możesz dodać kilka kropel cytryny, aby nie szerniał.

Krok 9

Sałatkę podawaj udekorowaną wystudzonymi kawałkami łososia. Przed podaniem polej majonezowym dressingiem.

Jak przyroda zmienia się wiosną i latem?

Wiosna i lato to pory roku, na które wszyscy czekamy: robi się ciepło, dni są coraz dłuższe. Jednocześnie świat staje się bardzo kolorowy: drzewa i krzewy zaczynają kwitnąć, a łąki i trawniki pokrywają się kwiatami.

Rośliny kwitnące:

1. Koniczyna łąkowa to bardzo pospolita roślina o purpurowo-czerwonych kwiatostanach zapylanych przez trzmiele.



2. Mak polny – cała roślina zawiera trujący biały sok mleczny, natomiast płatki maku polnego mają właściwości lecznicze.

Rośliny owocujące:

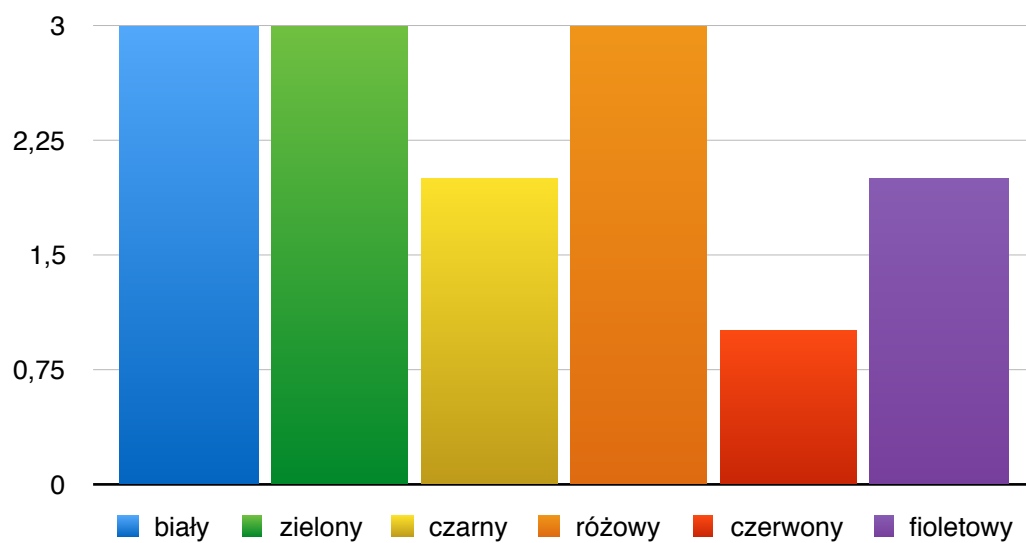
3. Owoce maliny są smaczne i pachnące, bogate w witaminy.



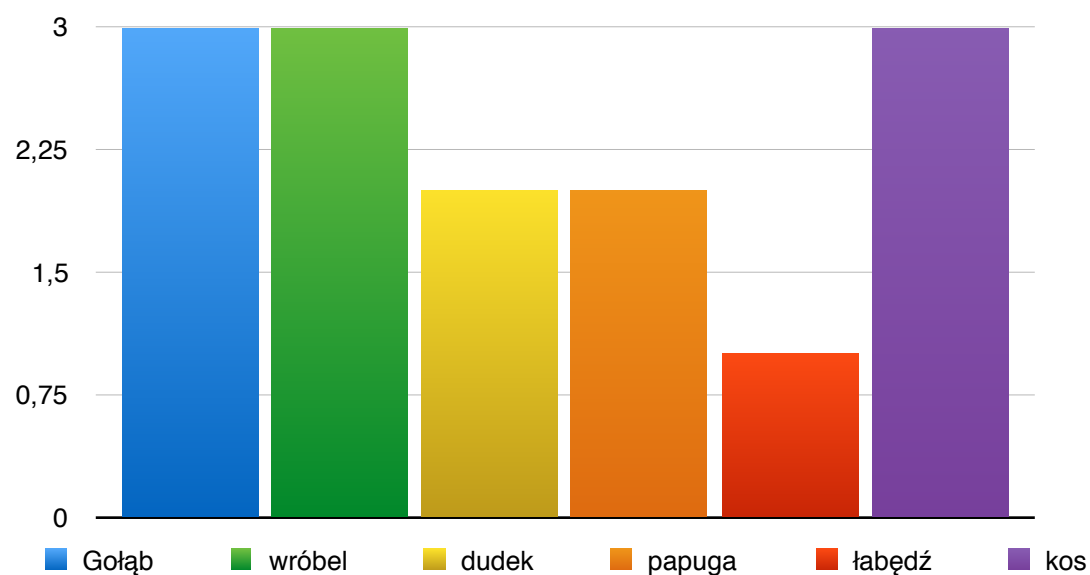
4. Kwaśne owoce porzeczki można jeść na świeżo lub wykorzystać do przetworów

Sonda

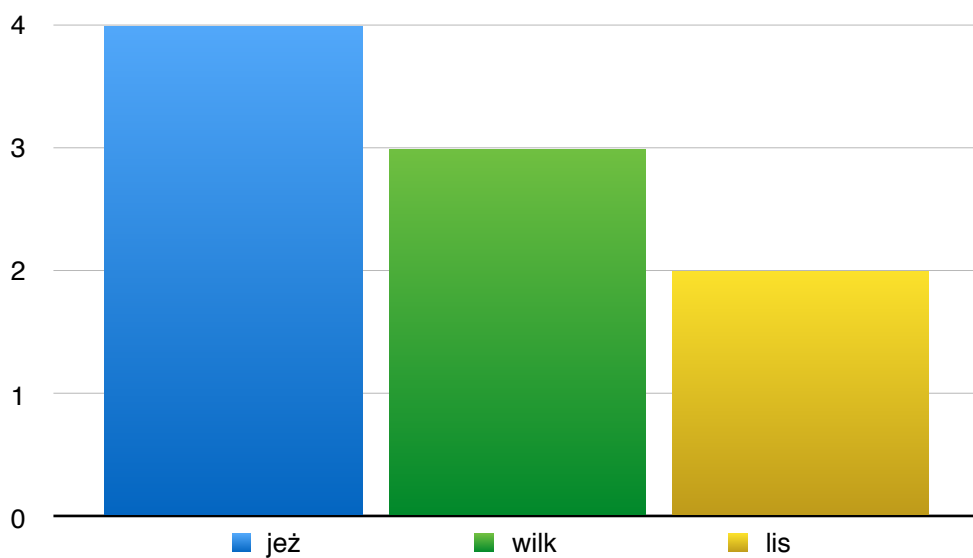
1. Jaki jest twój ulubiony kolor?



2. Jaki jest twój ulubiony ptak?



3. Jakie jest twoje ulubione zwierze, które budzi się wiosną?



Zwierzęta budzące się ze snu zimowego

CO TO JEST SEN ZIMOWY?

Sen zimowy to fascynujący proces, który pozwala wielu gatunkom zwierząt przetrwać surowe warunki zimowe. W tym artykule przyjrzymy się bliżej, czym jest sen zimowy, jakie zwierzęta go przechodzą, jak się do niego przygotowują i jak długo trwa.

JAKIE ZWIERZĘTA PRZECHODZĄ SEN ZIMOWY?

Różne gatunki zwierząt przechodzą sen zimowy, zarówno lądowe, jak i morskie, a także ptaki. Przykłady zwierząt przechodzących sen zimowy to:

- Wiewiórki
- Jeże
- Skunksy
- Borsuki
- Nietoperze
- Żółwie morskie
- Ślimaki



Warto dodać, że niektóre ptaki, takie jak zięby czy sikory, również przechodzą sen zimowy, jednak jest to rzadziej spotykane niż u ssaków czy gadów.

JAK ZWIERZĘTA PRZYGOTOWUJĄ SIĘ DO SNU ZIMOWEGO?

1 Gromadzenie tłuszczu:

zwierzęta zwiększają swoją masę ciała, aby mieć zapas energii na czas snu zimowego.

2 Zmiana zachowania:

zwierzęta stają się mniej aktywne, spędzają więcej czasu w kryjówkach i zmniejszają swoje potrzeby pokarmowe.

3 Poszukiwanie kryjówki:

zwierzęta szukają odpowiedniego miejsca, które zapewni im ochronę przed zimnem drapieżnikami.

W przypadku niektórych gatunków, takich jak wiewiórki, przygotowania do snu zimowego obejmują również gromadzenie zapasów pożywienia, które będą spożywane podczas krótkich okresów przebudzenia w trakcie zimy.

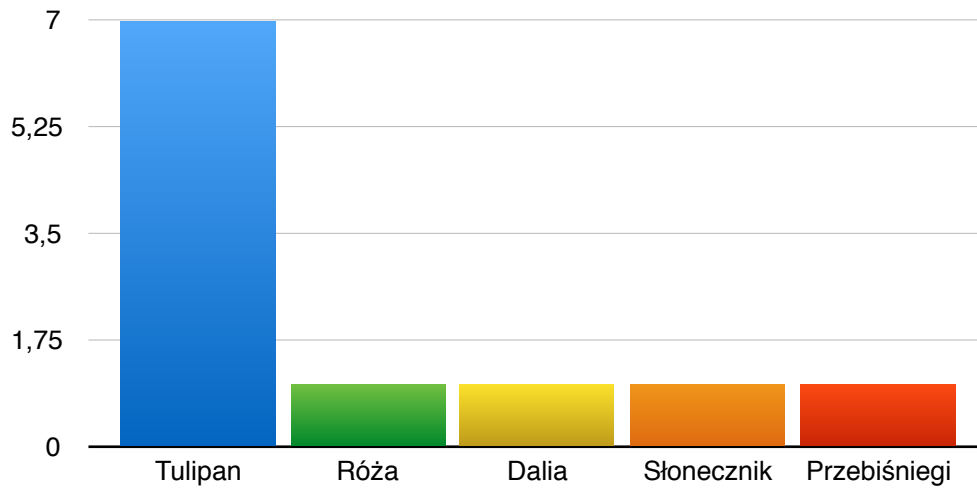
JAK DŁUGO TRWA SEN ZIMOWY U RÓŻNYCH GATUNKÓW ZWIERZĄT?

Długość snu zimowego może się różnić w zależności od gatunku zwierzęcia, warunków środowiskowych i dostępności pożywienia. Poniższa tabela przedstawia przykładowe długości snu zimowego u różnych gatunków zwierząt:

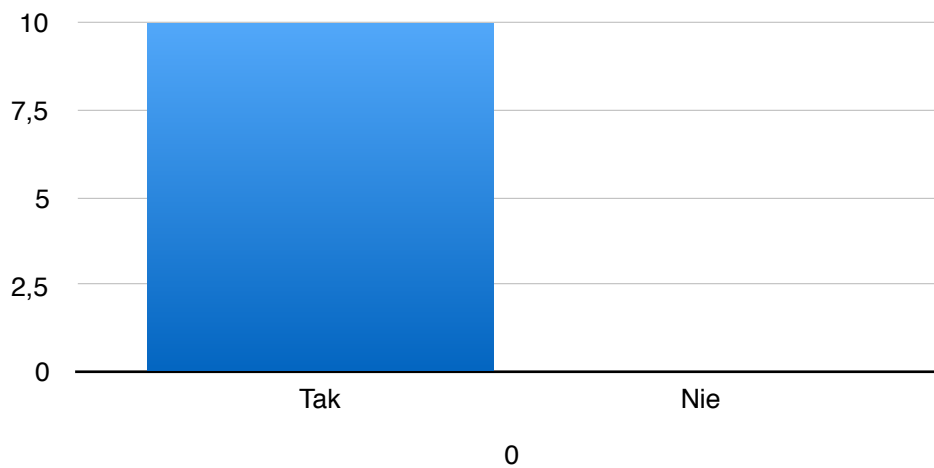
Wiewiórka	3-4 miesiące	Nietoperz	2-5 miesięcy
Jeż	4-6 miesięcy	Ślimak	3-6 miesięcy
Skunks	3-4 miesiące	Borsuk	5-6 miesięcy

SONDA

Jaka roślina kojarzy Ci się z wiosną?



Czy widziałeś/widziałaś kiedyś gniazdo bocianów?



Quiz

Jakie zwierzę najbardziej kojarzy się z Wielkanocą?

- A) Zając.
- B) Słoń.
- C) Kot.

Palmy święcimy:

- A) trzy tygodnie przed Wielkanocą.
- B) Dwa tygodnie przed Wielkanocą.
- C) Tydzień przed Wielkanocą.

Prima aprilis obchodzi się:

- A) 14 października.
- B) 1 kwietnia.
- C) 18 maja.

Na jakim oceanie znajdziemy wyspę Wielkanocną?

- A) Spokojnym.
- B) Atlantykim.
- C) Indyjskim.

Ile dni trwa Wielki Post?

- A) 60
- B) 50
- C) 40



STOPKA REDAKCYJNA (NASZ ZESPÓŁ TWORZĄCY GAZETKĘ) :)

