

### Консультация КУЛИНАРНЫЙ КАРВИНГ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ.

Правильное и рациональное питание для ребенка -залог его здоровья. Дети часто капризничают за столом, не хотят есть что предлагают, а предпочитают, чего нельзя. Заставлять ребенка есть насильно не выход из положения. Но вот есть вариант освоить технику карвинга. Вы вовлечете в этот процесс детей, и они с удовольствием помогут вам украшать блюда, а затем с аппетитом все съедят. Это превратит будничным прием еды в маленькую сказку.



Карвингом в кулинарии называют фигурную резку овощей и фруктов. Искусство карвинга появилось несколько столетий назад в Юго-Восточной Азии. Благодаря карвингу люди научились превращать обычные продукты в настоящие произведения искусства. Китайские и тайские мастера традиционно вырезают драконов, райских птиц и роскошные цветы, а европейцы предпочитают более простые формы карвинга.



Забавные фигурки изготавливают из обычных продуктов: сыра, колбасы, овощей, фруктов и хлеба. Не случайно именно в Европе возникло направление карвинга для детей, благодаря чему можно не только оригинально оформить детский стол, но и поднять аппетит у ребят. Дети чаще всего ориентируются не на пользу и вкус еды, а на внешний вид. Украсив небольшими деталями основное блюдо не только детям, но и взрослым интереснее принимать блюдо.

Вы, взрослые, вырезайте фигурки из овощей (у пап это получается лучше всех), а детям позвольте украшать блюда. Дети любят помогать на кухне и поддержите их стремление в этом. Из сыра и колбасы, овощей и фруктов с помощью ножа и фантазии можно создавать образы героев сказок и мультфильмов.



Из яиц можно изготовить цыплят, грибочки, кораблики, снеговиков, поросят, мышек и ежиков. Из морковки вырезают ленточки, кубики, спиральки, цветочки. Из половинок помидоров можно сделать божьи коровки, шляпку мухомора, розочки. Из огурца получится зеленый крокодилчик, а из половинок огурца лодочки, из полосок -стебельки и листочки для цветов.



«Глазки» сказочным персонажам можно сделать из маслин, зеленого горошка, изюма и других ягод.

Выбирайте рецепты простых блюд, приготовление которых не занимает много времени. Лучше всего, если это будут любимые блюда вашего ребенка: фруктовый салат, макароны, пюре, пицца, печенье. Оформить такие блюда оригинально не так уж и сложно: забавная рожица из сыра с колбасой, яркий цветочек из свеклы, морковки и яйца и вот уже блюдо выглядит аппетитно, и ребенок с удовольствием съедает овощи. Не забывайте хвалить помощников.

Карвинг может стать прекрасным семейным занятием, сплотит вашу семью за общим делом, вы сможете развивать детям творческое мышление, фантазию, мелкую моторику.

