

Uborkasaláta

Hozzávalók 22 főre	
7 darab kígyóuborka	
7 teáskanál só	
14 evőkanál kristálycukor	

14 evőkanál 10%-os ecet



1 bögre víz



Uborkasaláta elkészítéséhez szükséges eszközök:

Vágódeszka	
Kés	
Tál	

Uborkaszeletelő



Zöldséghámozó



Bögre



Evőkanál



Teáskanál



Szemetes



Uborkasaláta elkészítése:

A vágódeszkán dolgozunk.

Elő vesszük az uborkát.

Az uborka mindkettő végét késsel levágjuk.

Az uborkát meghámozzuk a zöldséghámozóval.

Az uborka héját a szemetesbe dobjuk.

Az uborkát megmossuk folyó vízben.

Elő vesszük az uborkaszeletelőt.

Vigyázz, az uborkaszeletelő éles!

Az uborkaszeletelővel elvághatod az újad.

Az uborkát karikára szeljük az uborkaszeletelővel.

Az uborkát egy tálba tesszük.

7 teáskanál sót az uborkára szórunk.

14 evőkanál kristálycukrot az uborkára szórunk.

Az evőkanállal összekeverjük az uborkát.

Az uborkát 15 percig állni hagyjuk.

Kimérünk 14 evőkanál ecetet 1 bögrébe.

Az ecetet az uborkához öntjük.

1 bögre vizet az uborkához öntünk.

Az evőkanállal összekeverjük az uborkát.

Az uborkát 15 percre a hűtőbe tesszük.

Elkészült az uborkasaláta.

Mentor: Horváth Péter László

Készítette: Jenei Klára

Könnyen érthetőséget ellenőrizte:

Nagy Mariann

Kérjük, segítsd munkánkat azzal,
hogy néhány percet szánsz a szöveg értékelésére!

Ezt megteheted a QR-kód beolvasásával.

Köszönjük.





**Az Európai Unió
támogatásával**

**Tegyük a világot
az értelmi sérült emberekkel közösen,
számukra is érthetővé!**

Megvalósítási időszak:

2023. szeptember 1-től 2024. augusztus 31-ig

Támogatás összege:

60 000 euro



*Projekt azonosító
száma:*

2023-1-HU01-KA210-

ADU-000158648

**Értelmi Fogyatékosok
Csongrád Megyei
Érdekvédelmi Szervezete**

**Magyarország
Csongrád-Csanád Vármegye
Szeged**



**Bethesda
Szeretetszolgálat**

**Szerb Köztársaság
Vajdaság AT
Topolya**



Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.