
PISMO REDAGOWANE PRZEZ MIESZKAŃCÓW
DOMU POMOCY SPOŁECZNEJ CARITAS ARCHIDIECEZJI KRAKOWSKIEJ W ZATORZE



NR 3/2024

zima 2024



SPIS TREŚCI

W tym numerze naszej gazetki:

SOLENIZANCI.....	3
Życzenia dla obchodzących Imieniny i Urodziny.....	3
BOŻE NARODZENIE	4
Życzenia świąteczno-noworoczne	4
Wigilijne rozważania w wierszach.....	5
O szopce w wierszach.....	6
SPOTKANIA.....	8
Wywiad z opiekunką Renią Handzlik.....	8
AKWARYSTYKA	9
Giętkoząb wielkopletwy.....	9
WARTO PRZECZYTAĆ.....	10
"Z modlitwą"	10
Dyskryminacji powiedzmy STOP!	10
MODA	11
Zimowe okrycia wierzchnie.....	11
SPORT.....	12
Zimowe dyscypliny sportowe	12
STATKI.....	14
Rodzaje statków	14
CIEKAWY MIEJSCA.....	18
Plac Świętego Piotra.....	18
O Morzu Czerwonym	19
DO PRZEMYŚLENIA	20
Tekst autorstwa Phila Bosmansa	20
ZWIERZĘTA.....	21
Lelek	21
DINOZAURY	22
Celofyz.....	22
Spinozaur	22
KULINARIA	23
Kotlety z selera	23
Drożdżówka bez wyrabiania	24
KONKURS ŚWIĄTECZNY	24

ZAPRASZAMY DO LEKTURY!

SOLENIZANCI

**Życzenia dla Wszystkich obchodzących Imieniny i Urodziny
w miesiącach jesienno – zimowych**



**Z okazji Waszego Święta życzymy Wam,
abyście spotykali na swojej drodze życia dobrych ludzi!
Niech Wasze życie kwitnie i nabiera barw.
Niech nigdy nie zabraknie Wam miłości i ciepła,
a każdy dzień będzie dla Was jak najlepszy i najpiękniejszy.
WSZYSTKIEGO DOBREGO!**

W imieniu Zespołu Redakcyjnego życzenia przygotowała Kornelia Monka



BOŻE NARODZENIE

Życzenia świąteczno-noworoczne

Na czas Bożego Narodzenia
składamy świąteczne życzenia!

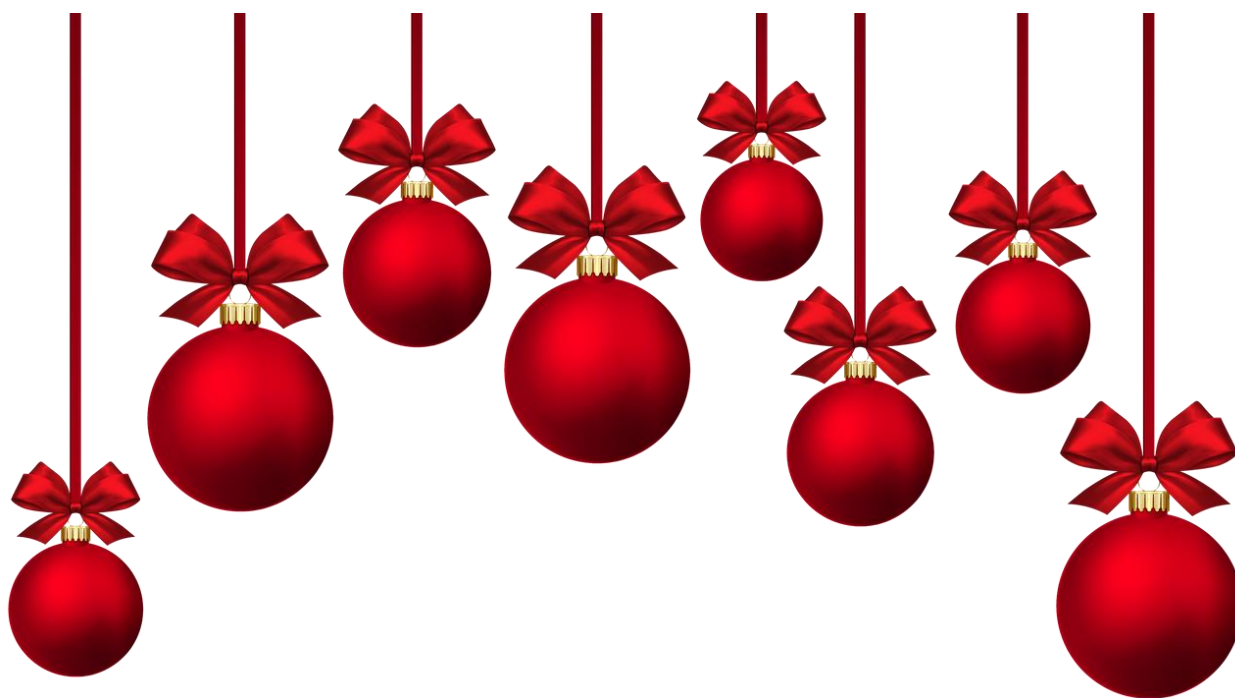
Niech magiczna moc Wigilijnego Wieczoru
przyniesie spokój i radość.

A Nowy Rok obdaruje pomyślnością i szczęściem.

Najpiękniejszych Świąt Bożego Narodzenia

oraz Szczęśliwego Nowego Roku

Ż Y C Z Y M Y!



W imieniu Zespołu Redakcyjnego życzenia przygotowała Jolanta Tondus



Wigilijne rozważania... w wierszach

proponuje przeczytać *Ludwik Przłała*



Wystarczy się przełamać

Anna Czartoryska

Jeśli oczy twoich bliskich
patrzą Bożym Narodzeniem
a ty czujesz że w twoich oczach
gwiazda betlejemska gaśnie
to nie czekaj
przełam się opłatkiem
kolęda się nie myli
przytul się jak dziecko
do dobrej nowiny

Niech mówi Bóg

Nie mówmy teraz kto jest gorszym,
Kto lepszym w życiu kolędnikiem.
Kto z gwiazdą, kto ze śmiercią kroczy,
Kto świętym, kto zwykłym
grzesznikiem.

Nie mówmy nic o polityce,
Nie mówmy nic, co może ranić.
Niech dzieli się w nas chleb najbielszy,
Niech mówi w nas Ten, co nie kłamie.

O szopce w wierszach...

proponuje przeczytać Beata Kaczmarska



W szopce na sianku

W szopce, na sianku Jezus się rodzi,
Anielski chór chwałę głosi,
Śpiewając „Gloria” na ziemi, w Niebie,
Bóg pokój nam przynosi.

Z dalekich krajów idą królowie,
Bogate niosąc dary,
Skromną ofiarę przed żłóbkiem składa,
Pastuszków orszak biały.

A Mały Jezus jednako ceni,
Hołd królów i pasterzy,
On tylko patrzy, czy serce ludzkie
Miłuje, ufa, wierzy.

I my do żłóbka spieszmy radośnie,
I z sercem kochającym,
Dzieciątko Boże, Tyś szczęściem naszym,
Tyś dla dusz naszych słońcem!



Betlejemską szopką

Betlejemską gwiazdą złotym
blaskiem świeci, A w stajence
mały Jezus na sianie Małymi
rączkami błogosławi dzieci,
Z niebios płynie piękne,
anielskie śpiewanie.

Wół i osioł swym oddechem
dziecię ogrzewają, Słychać
dzwonki owiec, beczenie
barana, Świerszcze na
skrzypcach wesoło Mu grają,
Każdy na swój sposób
chce przywitać Pana.

Biedni pastuszkowie do szopy
przybyli, Co mieli, to wzięli,
nieśli Jezusowi. Bogaci
królowie podarki złożyli, Hołdy
Mu oddali, Panu i Królowi.

Mały Kuba na fujarce proste
nuty składa, Chciałby podejść
bliżej, lecz bardzo się boi,
Graniem na fujarce wszystko
opowiada, O swej wielkiej
biedzie i smutnej niedoli.

Muzykanci w darze na basetlach
zgrają, Słychać skrzypce, dudy
i gromkie śpiewanie. Kolęda,
kolęda- po górach się niesie,
Kolęda, kolęda- witaj, miły Panie.

Gdy tak wszyscy razem wielce
się radują, Betlejemską gwiazdą
na niebie im świeci. Drży o swoją
władzę, zły, mściwy król Herod,

Ściął głowę synowi, zetnie
wszystkie dzieci.

O, królu Herodzie- śmierć
swą ostrzy kosę. Już diabeł
na widłach melodię układa.
W piekle rozpalają i gotują
smołę, Biada ci, Herodzie,
oj biada, oj biada!!!

Spadła głowa Herodowi i w
piekle się smaży, Tam jest jego
miejsce, oddał diabłu duszę.
A na ziemi miłość, a na ziemi
radość. Jeden Pan najwyższy –
dzieciątko Jezusek.

W Betlejem stajence dziecię
rączki składa, Wszystkich wokół
błogosławi i do siebie gada.
Bartek mocno się przepycha,
chciałby coś usłyszeć, „Pokój
ludziom dobrej woli”- ciszej,
bądźmy ciszej.

Choć minęły wieki, a świat
taki wielki, Lecz nikt nie
zapomniał o małej dziecinie.
Jak każe tradycja, przy świętej
wigilii, Zasiadają wszyscy
i kolęda płynie.

A na pożegnanie przyjmijcie
życzenia, Gorące życzenia
wszelkiej pomyślności, Niech
wam wszystko lepsze niesie
Nowy Roczec, Niech miłość i
pokój w waszych domach gości

SPOTKANIA

Wywiad z opiekunką Renią Handzlik

przeprowadziła Stasia Zborowska

Stasia Zborowska: Pani Reniu, czy mogę poprosić o udzielenie wywiadu?

Op. Renia Handzlik: Tak, mam nadzieję, że sobie poradzę, jeszcze nigdy nie udzielałam wywiadu.

Stasia Zborowska: Jak długo pracuje Pani jako opiekunka?

Op. Renia Handzlik: Niedługo, dopiero po ukończeniu szkoły pracuję zawodowo. Wcześniej zajmowałam się opieką, ale sporadycznie. Pierwszymi moimi podopiecznymi byli dziadkowie, którzy byli diabetykami. Wtedy to po raz pierwszy spotkałam się ze stopą cukrzycową, insuliną, glukometrem i innymi skutkami tej cichej choroby. Razem z mamą przeszliśmy szybki kurs wiedzy na temat opieki, pielęgnacji, diety i pierwszej pomocy w tej chorobie. Od dwóch lat opiekuję się również panią z dziecięcym porażeniem mózgowym.

Stasia Zborowska: Dlaczego wybrała Pani ten zawód?

Op. Renia Handzlik: Bardzo lubię pomagać i opiekować się osobami niepełnosprawnymi i niesamodzielnymi bez względu na wiek. Lubię poznawać nowych ludzi, rozmawiać z nimi. Nie będę jednak ukrywać, że najbardziej lubię opiekować się i pomagać seniorom, to oni skradli moje serce.

Stasia Zborowska: Co lubi Pani robić w wolnym czasie?

Op. Renia Handzlik: Muszę ten czas podzielić na pory roku, wiosna i lato są zarezerwowane na jazdy na rowerze i opiekę nad ogrodem – który jest wymagający. Natomiast jesień i zima należą do spacerów, czytania książek i gier planszowych.

Stasia Zborowska: Zatem lubi Pani spacerować. Dlaczego warto spacerować?

Op. Renia Handzlik: Warto i trzeba spacerować. Po pierwsze pomaga dotlenić mózg i organizm. Po drugie poprawia funkcjonowanie organizmu, poprawia metabolizm, wpływa na koncentrację, wzmacnia organizm i ogranicza jego podatność na infekcję.

Stasia Zborowska: Dlaczego Pani zdaniem warto pić wodę?

Op. Renia Handzlik: Woda zapobiega odwodnieniu organizmu. Brak wody bywa często przyczyną zaparć i chronicznego zmęczenia. Częste picie wody pozwala na zachowanie odpowiedniej gęstości krwi i jej ciśnienia. Obniża to znacznie ryzyko bardzo wielu chorób układu sercowo – naczyniowego m.in. zawałów, udarów.



Stasia Zborowska: Co nam daje jedzenie warzyw i owoców?

Op. Renia Handzlik: Warzywa i owoce mają wszechstronnie korzystne działanie dzięki zawartości cennych składników mineralnych, błonnika pokarmowego. Owoce mają również działanie ochronne, mogą przeciwdziałać rozwojowi niektórych chorób, wspomagać leczenie otyłości i spowalniać procesy starzenia się organizmu. Powinniśmy jednak pamiętać, że nie wszyscy mogą jeść owoce bezkarnie. Osoby chore na cukrzycę nie mogą sobie pozwolić na jedzenie wszystkich owoców ze względu na bardzo dużą zawartość cukru (banany, winogrona, śliwki, czereśnie, mandarynki, czarna porzeczka)

Stasia Zborowska: Dziękuję za udzielenie wywiadu.

AKWARYSTYKA

Giętkoząb wielkopłetwy

przygotował Michał Zesławski



Ryba ta pochodzi z Afryki Północnej, gdzie występuje w Białym Nilu, jeziorze Czad oraz w dorzeczach Nigru i Wolty. Ryba ta wyróżnia się dużą i szeroką płetwą grzbietową. W naturze dorasta do 30 cm długości, a w akwariach zwykle do 18 cm. Hodując ją w akwariu należy pamiętać, aby miało ono 120 cm długości. Zalecany jest piasek na dnie. Temperatura wody w hodowli tej rybki powinna wynosić 22-27 C.



WARTO PRZECZYTAĆ

"Z modlitwą"

proponuje Małgosia Chominiec



Proponuję przeczytać książkę zatytułowaną „Z modlitwą”. Teksty do tej książki wybrała Ilona Kisiel. Opracowanie graficzne Anna Kawecka, Estera Makiela.

Książka ta jest zbiorem pięknych myśli różnych autorów, a także fragmentów pochodzących z Pisma Świętego.

Autorami tych myśli są m.in. Papież Franciszek, św. Jan Paweł II, Fiodor Dostojewski, św. Augustyn, św. Juda, św. Bernard, Adam Mickiewicz i wielu innych.

Teksty zawarte w książce moim zdaniem trafiają prosto do serca, są pokrzepiające. Czytając je warto je w spokoju rozważać.

Zachęcam!



Dyskryminacji powiedzmy STOP!

przygotował Adam Górecki



Nie można kogoś prześladować z powodu inności, na przykład koloru skóry, innej religii. Chodzi przecież o Człowieka! Każdy człowiek jest ważny i wartościowy. Niezależnie jaki ma kolor skóry, jakiego jest wyznania, czy jest sprawny czy niepełnosprawny. Inność w drugim człowieku należy poznać, oswoić obawy. Nie dyskryminować, nie odrzucać, nie wyzywać. Trzeba uczyć się tolerancji. Zobaczyć koniecznie w drugim – Człowieka.

MODA

Zimowe okrycia wierzchnie (zima 2024/2025)*przygotowała Teresa Kukuczka*

W zimowym sezonie moda stawia na długie obszerne płaszcze z futerka a także z wełny. Króluje zatem nadal styl oversize. Kurtki proponowane na zimowy czas mają krój krótszy, ale także są luźniejsze – oversizowe np. krój bomberki. Kolory popularne tej zimy to beże, szarości i czernie uzupełnione przez kolory takie jak głęboka czerwień, burgund, khaki, granatowy, błękit i pudrowy róż. W tych właśnie kolorach warto mieć dodatki jak czapki, szaliki czy rękawiczki.



SPORT

Zimowe dyscypliny sportowe



przygotował Mieczysław Koziol

Biathlon – biathlon jest uznawany za jeden z najbardziej widowiskowych sportów zimowych. Sport narodził się w Norwegii w XVIII w. Dyscyplina ta wymaga nie tylko olbrzymiej wytrzymałości, ale również skupienia oraz odporności na stres.

Bobsleje i sanki – w obu dyscyplinach startujący osiągają zawrotne prędkości. Podczas zawodów saneczkarskich i bobslejowych zawodnicy regularnie poruszają się w tempie przewyższającym 100 km/h. Niestety, wiąże się to z dużym, czasami śmiertelnym, ryzykiem.

Hokej na lodzie – hokej na lodzie jest prawdopodobnie najstarszą drużynową dyscypliną sportu, która przetrwała do dzisiaj. Pochodzi z północnej części Europy. Obecnie cieszy się olbrzymim zainteresowaniem, a mecze hokejowe są transmitowane na całym świecie.



Narciarstwo alpejskie – Narciarstwo alpejskie należy do najszybszych oraz najniebezpieczniejszych dyscyplin zimowych. W niektórych konkurencjach zawodnicy osiągają na stoku prędkości przekraczające 100 km/h.



Narciarstwo klasyczne – na przestrzeni ostatnich lat zyskało olbrzymią popularność w Polsce i gromadzi w naszym kraju coraz więcej sympatyków. W krajach skandynawskich klasyczne dyscypliny narciarskie są uznawane za narodowe.

Snowboard jest jedną z najmłodszych dyscyplin olimpijskich. Ten rodzaj sportu wiąże się nie tylko z medalami i Pucharem Świata, ale również ze specyficznym stylem życia.

Skoki narciarskie to dyscyplina olimpijska. Miejscem rozgrywania zawodów są specjalne skocznie (mniej więcej od połowy XX w.). Jest to sport praktycznie niemożliwy do amatorskiego uprawiania. Celem podstawowym jest wykonanie jak najdłuższego skoku po uprzednim wykonaniu najazdu i odbiciu z progu. Na największych skoczniach, gdzie odbywają się loty, skoki przekraczają nawet 200 m. Ocenie w skokach podlega styl w jakim skoczek wykonał skok oraz odległość. Skoki narciarskie uprawiają zarówno mężczyźni jak i kobiety.

STATKI

Rodzaje statków

przygotował Krzysztof Paleczny



Statek może pływać pod powierzchnią wody, unosić się w atmosferze lub w przestrzeni kosmicznej. Może mieć własny napęd i urządzenia sterujące.

Wyróżniamy:

a) statki pływające na powierzchni wody:

- barka,
- łódź,
- statek pasażerski,
- żaglowiec



Statki mogą też całkowicie zanurzać się w wodzie np. okręt podwodny



- b) statki latające np. statek powietrzny – urządzenie do poruszania się w przestrzeniach powietrznych: balon, sterowiec, samolot, śmigłowiec



- c) statki kosmiczne – urządzenia do poruszania się w przestrzeni kosmicznej,
np. rakieta, sonda kosmiczna, sztuczny satelita, wahadłowiec



CIEKAWY MIEJSCA

Plac Świętego Piotra



przygotował Boguś Kuźma

Plac Świętego Piotra znajduje się przed bazyliką św. Piotra w Watykanie. Został zaprojektowany w roku 1656 przez Berniniego jako prostopadły owal, który od strony zachodniej za pośrednictwem części w kształcie trapezu otwiera się na fasadę bazyliki. W 1982 roku papież Jan Paweł II wprowadził zwyczaj ustawiania szopki i choinki przed bazyliką watykańską. Jako ciekawostkę podam, że choinką ustawioną na placu w 2023 roku był świerk przywieziony z alpejskiej gminy w Piemoncie. Drzewko miało ponad 50 lat i zostało udekorowane szarotkami alpejskimi. Na Placu św. Piotra stoi prawie 40 metrowy egipski obelisk pochodzący z XIII wieku. Pokryty jest on łacińskimi inskrypcjami, a w kuli na jego szczycie przechowywane są relikwie Krzyża Świętego. Po obu stronach placu św. Piotra znajdują się dwie fontanny: Fontanna Czterech Papieży oraz Fontanna św. Oficjum. Plac był świadkiem wielu uroczystości roku kościelnego, beatyfikacji i kanonizacji, co śródę odbywają się tam audiencje generalne. Tu na przykład odbyła się beatyfikacja Jana Pawła II, w której uczestniczyło około 1,5 miliona wiernych. Kolejne ważne wydarzenie to kanonizacja Jana XXIII i Jana Pawła II. Na te uroczystości przybyło około 800 000 wiernych. Warto też wspomnieć o kanonizacji Ojca Pio w której uczestniczyło około 300 000 wiernych. Na placu św. Piotra znajduje się także wizerunek Matki Bożej. Na placu św. Piotra symetrycznie ustawiono również dwie fontanny. Po lewej stronie znajduje się Spiżowa Brama strzeżona przez Gwardię Szwajcarską.

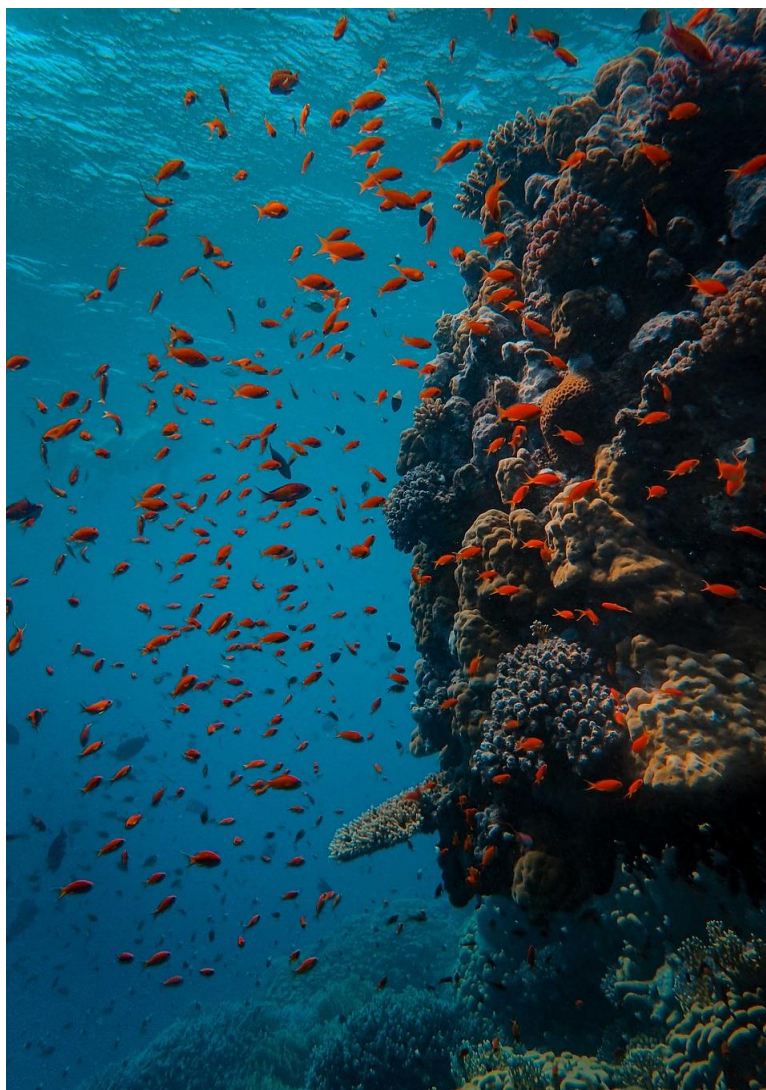


O Morzu Czerwonym



przygotował Marek Chmielewski

Morze Czerwone to śródlądowe, morze międzykontynentalne. Znajduje się pomiędzy Afryką, a Półwyspem Arabskim, część Oceanu Indyjskiego. Morze to połączone jest przez cieśninę Bab al-Mandab z Morzem Arabskim, a przez Kanał Sueski z Morzem Śródziemnym. Na północy dzieli się na dwie zatoki: Zatokę Sueską i Zatokę Akaba, otaczające z dwóch stron Półwysep Synaj. Na morzu znajdują się liczne wyspy, w tym archipelagi Farasan i Dahlak. Występują rafy koralowe, głównie na południu. Morze Czerwone jest ważnym szlakiem żeglugowym obsługuje ruch żeglugowy pomiędzy Europą, a szczególnie państwami basenu Morza Śródziemnego, a sąsiadującą Azją. Głównymi portami są: Suez (Egipt), Janbu al-Bahr i Dżudda (Arabia Saudyjska), Port Sudan oraz Ejlat (Izrael).



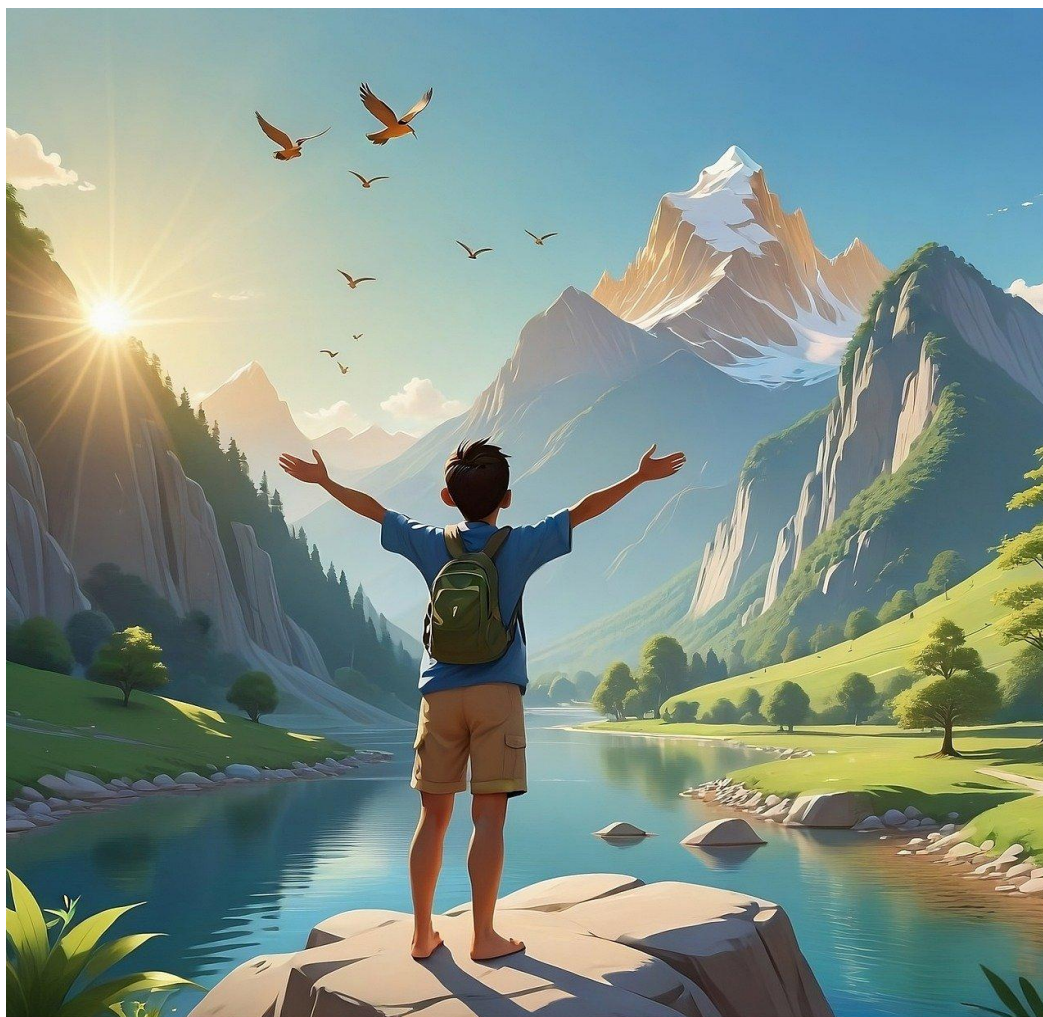
Istnieje kilka hipotez co do pochodzenia nazwy Morza Czerwonego:

- woda Morza Czerwonego przez cały rok sprawia wrażenie, że jest koloru zielono- niebieskiego, jednakże podczas zakwitnięcia sinic woda wydaje się czarno-brązowa
- od nazwy ludu Himyaritów żyjącego w starożytności na jego wybrzeżach, którzy sami się nazywali Czerwonymi
- niektórzy twierdzą, że słowo czerwony oznaczało w niektórych azjatyckich językach kierunek południowy .
- starożytni Egipcjanie nazywali Pustynię Arabską czerwoną ziemią lub czerwonym lądem stąd morze ograniczające te ziemie nazywali czerwonym.

DO PRZEMYŚLENIA

Tekst autorstwa Phila Bosmansa

proponuje przeczytać Małgorzata Chominiec



„Znajdź czas , by być szczęśliwym.
Jesteś cudem który zaistniał ,
który żyje , który jest jedyny na tym świecie.
Jesteś niepowtarzalny i niezastąpiony.
Dlaczego cię to nie zachwyca?
Dlaczego nie cieszysz się samym sobą
I wszystkimi innymi wokół?
Czyżby dla Ciebie było aż tak oczywiste to,
że żyjesz , że został ci czas podarowany?
Czas by śpiewać , tańczyć i być szczęśliwym?”

ZWIERZĘTA

Lelek



przygotował Boguś Kuźma

Lelek to jeden z najpospolitszych ptaków w naszym kraju. Jest aktywnym nocą leśnym ptakiem, polującym w locie na duże owady, przede wszystkim ćmy i chrząszcze. W locie lelki wydają ostry dwudynamiczny głos „klik”. Samica składa bezpośrednio na ściółce 2 jaja, które wysiaduje 17- 18 dni. Młode lelki uzyskują zdolność do lotu po 16 - 17 dniach. Lelek jest wielkości kosa, a sylwetką przypomina jaskółkę. Upierzenie ma miękkie szarobrunatne, podobne do ćmy lub sowy. Długość ciała 26 - 28 cm. Rozpiętość skrzydeł 57- 64 cm. Waga 65-100 g.

Tereny zamieszkiwane przez lelki to najczęściej skraje borów mieszanych. Lelka można także spotkać na śródleśnych polanach wrzosowiskach i wydmach porośniętych młódnikami sosnowymi. Na odpoczynek ptaki te wybierają najczęściej takie miejsca w których kolorystyka ich piór jest jak najbardziej zbliżona do podłoża. Siadają przy tym wzdłuż, a nie w poprzek gałęzi, jak inne ptaki. Zamieniają się tym samym w część drzewa. Bardzo trudno je wtedy dostrzec. Nawet wiedząc czego szukamy, możemy mieć spore trudności w odnalezieniu zakamuflowanego ptaka. W Polsce obecnie liczebność lelka szacuje się na 8 do 12 tys. par.



Informacje pochodzą z książki "Atlas Ptaków Polski" - część 2, Singer Akse

DINOZAURY

przygotował *Boguś Kuźma*

Celofyz

To mięsożerny dinozaur występujący na obszarach monsunowych. Długość tego dinozaura wynosi 2,5 do 3m. Waga dinozaura do 30 kg. Okres występowania tego dinozaura to późny trias. Celofyz prawdopodobnie prowadził stadny tryb życia. W jego wyglądzie charakterystyczne były duże oczy, długa szyja, długi zwężający się ku przodowi pysk. Przednie kończyny celofyza zakończone były trzema palcami o spłaszczonych pazurach i dwoma zredukowanymi palcami dwa razy krótszymi od tylnych. Celofyz miał długi elastyczny ogon. Młode po wykluciu rosły bardzo szybko. Po wykluciu miały tylko kilkanaście centymetrów długości, a po roku miały już około 1,15m. Pokrycie ciała tego dinozaura to łuski.



Spinozaur

Spinozaur mógł być największym ze znanych dziś drapieżnych dinozaurów z grupy teuropodów. Dinozaur ten prawdopodobnie zamieszkiwał lasy namorzynowe i prowadził zmiennowodny tryb życia. Spinozaur żył na obecnych terenach Afryki Północnej. Pierwsze skamieniałości zostały odkryte w Egipcie w 1910 r. i opisane przez niemieckiego paleontologa Ernsta Stromera. Charakterystyczną cechą spinozaura są wysokie wyrostki kolczyste kręgosłupa o wysokości co najmniej 1,69 m. Wysokość szkieletu spinozaura szacuje się na 6 m. Wymiary tego dinozaura oszacowane na podstawie znalezionych skamieniałości pozwoliły skomponować model tego gatunku, który mógł osiągać nawet 18 m długości i osiągać wagę nawet 9 ton. Spinozaur żył na bagnach i żerował na zwierzętach słodkowodnych takich jak ryby czy niewielkie krokodyle. Dinozaur ten był olbrzymim okazem, który żył około 95 milionów lat temu. Jest to najdłuższy znany obecnie dinozaur, około 3 razy dłuższy od afrykańskiego słonia.



KULINARIA

Proponują przygotować: *Iwona Harazińska i Anna Harazińska*



Kotlety z selera (przepis na 4 porcje)

Składniki:

- duży lub 2 średnie selery
- 1/2 pęczka posiekanej natki pietruszki
- szklanka bułki tartej
- jajka
- 5 suszonych grzybków
- pieczarki
- cebula
- szklanka śmietany
- 2 łyżki masła
- mąka
- sól
- pieprz
- olej do smażenia

Sposób wykonania

Grzyby zalej szklanką wody, po 2 godzinach ugotuj do miękkości, pokrój w paski pieczarki, cebulę posiekaj. Na maśle usmaż cebulę z pieczarkami, dodaj grzyby z zalewą i duś 5 min. Wlej śmietanę, dopraw solą, pieprzem i zagęść sos płaską łyżeczką mąki wymieszanej w małej ilości wody.

Selery umyj i ugotuj. Gdy przestygną obierz i pokrój w grube plastry. Oprósz solą i pieprzem. Panieruj w mące, roztrzepanych jajkach z solą i pieprzem oraz w bułce tartej z natką. Raz jeszcze panieruj w jajku i bułce. Smaż na złoty kolor na oleju. Podawaj z sosem.

Drożdźówka bez wyrabiania

Składniki:

- 100 g świeżych drożdży
- $\frac{3}{4}$ szklanki cukru
- 4 jajka
- 1 szklanka oleju
- $\frac{3}{4}$ szklanki mleka
- 4 szklanki mąki
- Szczypta soli
- Lukier:
- 1 szklanka cukru pudru
- Sok z $\frac{1}{2}$ cytryny

Przygotowanie:

Na dnie dużej miski ułóż pokruszone drożdże. Równomiernie zasyp je cukrem. Zalej roztrzepanymi jajkami. Wlej olej, a potem mleko w pokojowej temperaturze. Oprósz mąką. Posyp solą. Przykryj ściereczką i odstaw w ciepłym miejscu na trzy godziny. Po tym czasie delikatnie wymieszaj (ciasto będzie dość rzadkie). Ciasto nałóż do dwóch wyłożonych pergaminem keksówek. Piecz około 35 min. w temperaturze 180 stopni. Sok cytrynowy podgrzej. Do ciepłego soku wsypuj powoli cukier puder i energicznie ucieraj aż powstanie gęsty lukier. Udekoruj nim ciasto.

SMACZNEGO!!!

KONKURS ŚWIATECZNY

Konkurs - zadanie gazetkowe:

Przygotuj świąteczny obrazek choinki – technika dowolna. Wszyscy, którzy przygotują obrazek choinki i dostarczą go do pokoju psychologa do dnia 20 stycznia otrzymają nagrodę.

Zespół redakcyjny: Kornelia Monka, Jola Tondus, Ludwik Przła, Stasia Zborowska
Teresa Kukuczka, Michał Zesławski, Boguś Kuźma, Beata Kaczmarska,
Małgosia Chominiec, Krzysztof Paleczny, Mieczysław Kozioł, Marek Chmielewski,
Adam Górecki, Anna Harazińska, Iwona Harazińska, Renata Jazgar, Agnieszka Strugacz
Redaktor naczelny: Kasia Wiśniewska **Skład:** Marian Maj
Druk: ks. Rafał Buzala, Katarzyna Niesyto