

# ECHO SIÓDEMKI

## "ZIMA"



( zdjęcie: [www.tapetynapulpit.pl](http://www.tapetynapulpit.pl) )

**nr 2 – 2021/2022**

## Bal lale



( zdjęcie: [www.lunzo.pl](http://www.lunzo.pl) )

Dziś lale zadowolone,  
bo na bal są zaproszone.

Każda się już wystroiła,  
nową suknię założyła.  
Przed lustrem z uśmiechem stoją,  
bo fryzury piękne mają.

Już gra orkiestra wesoła,  
do zabawy wszystkich woła.  
Nasze śliczne panny lale  
tańczą z gracją doskonale.

Jedna w górę podskakuje,  
druga w kółeczko wiruje.  
trzecia lala nóżką fika,  
kiedy głośno gra muzyka.

A ostatnia – krakowianka -  
pogubiła kwiatki z wianka,  
kiedy zgrabnie, na paluszkach,  
tańczyła mała dziewczuszka.

Teraz lale robią koło  
i klaszczą w ręce wesoło.

A sukienki, jak płateczki  
czarownych kwiatów z bajeczki,  
lśnią, jak tęcza malowana,  
więc bal niechaj trwa do rana !

Beata Żyto



(zdjęcie: [www.guguzabawki.pl](http://www.guguzabawki.pl))

W ostatnim numerze Echa Siódemki wybraliśmy się na wędrowkę po najbliższej okolicy i poznaliśmy historię os. Kopernika.

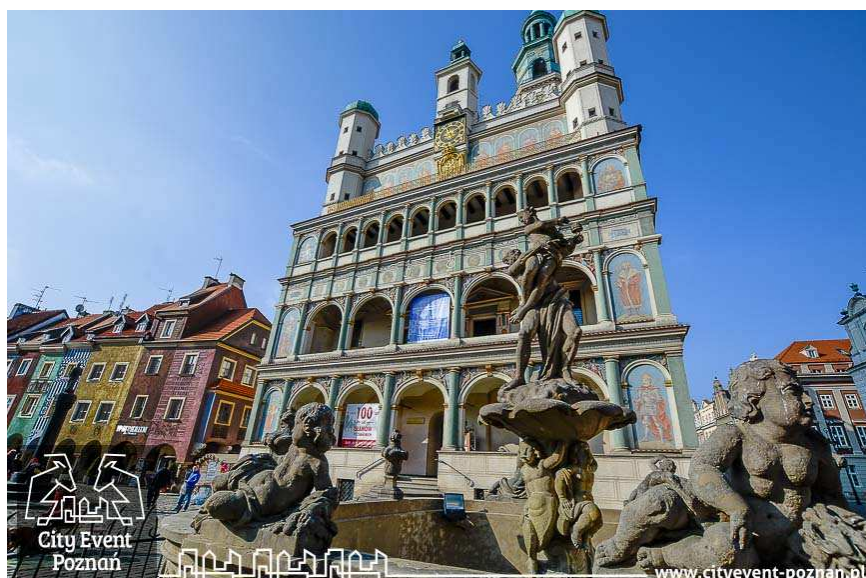
Dziś ruszamy dalej ☺ Czas ferii sprzyja eksplorowaniu różnych miejsc, więc zachęcam do jeszcze lepszego poznania Poznania !

Oto TOP 10 miejsc, które warto odwiedzić.

1.

**Stary Rynek** - piękny renesansowy ratusz z trykającymi koziołkami, które są wisienką na torcie. W żadnym innym mieście nie obejrzyjecie tego widowiska. Charakterystyczne są też **kolorowe kamienice pokryte często artystycznymi szkicami mieszczańskich malarzy** oraz odchodzące od rynku wąskie uliczki, na których znajdziecie setki restauracji i klubów.

Z okazji różnych świąt to także tutaj odbywają się wszelkie jarmarki, pokazy, wystawy.





2.

**Ogrody zoologiczne** - zabytkowe **Stare Zoo**, zwane dawniej po poznańsku zoologiem oraz nie takie już najnowsze **Nowe Zoo** na Białej Górze w Poznaniu to doskonałe miejsca na długie spacery i ucieczkę od zatłoczonych ulic Poznania.

Jeśli w jakiejś sytuacji nie możecie podróżować w dalsze i bardziej egzotyczne zakątki świata, warto wybrać się do zoo i mieć te miejsca w zasięgu ręki. **Świat zwierzęcy nigdy się nie nudzi.**

Stare Zoo to tylko przedsmak i zachęta do dalszego zwiedzania. Wejdziecie tutaj za darmo i zobaczycie wiele zwierząt występujących w naszym kraju, a także kilka egzotycznych. Jeśli jednak macie ochotę na więcej, w Nowym Zoo znajdziecie naprawdę sporo rzadkich gatunków zwierząt.

**Stare Zoo**





Nowe Zoo



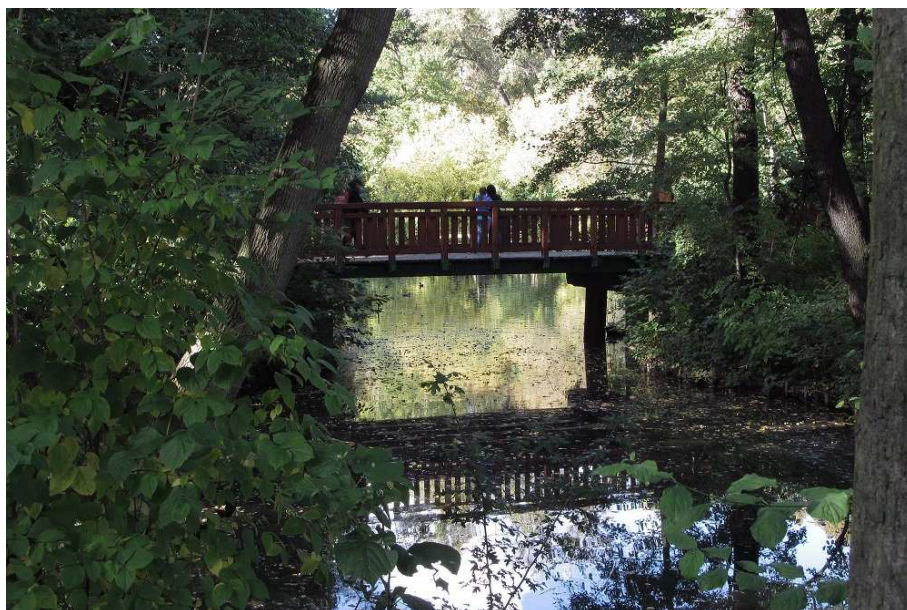
3.

**Ostrów Tumski** - To według mnie jedno z ukrytych, magicznych miejsc Poznania. **Warto tutaj zajrzeć kiedy się ściemni, późnym wieczorem lub nocą.** Z pewnością zacieka was fakt, że jest to wyspa! A jeden z mostów do niej prowadzący słynie szczególnie wśród zakochanych, którzy wieszają na nim kłódki jako znak swojej miłości. Klimatu dodają pięknie oświetlona Katedra i Kościół NMP.



#### 4.

**Park Sołacki** - W samym Poznaniu znajdziecie bardzo dużo terenów zielonych i parków. Ten spodobał mi się szczególnie. Jest mały, lecz idealny. Położony w zaciszu, z dala od ulic i głośnych miejsc, ze stawami, mostkami i uroczymi alejami. Przez środek przepływa urocza Bogdanka. Powstał w ekskluzywnej niegdyś dzielnicy jako część założenia Poznania jako miasta – ogrodu. Nie bez powodu często wybierany przez nowożeńców na plener pod zdjęcia ślubne.



## 5.

**Palmiarnia** - Największa palmiarnia w kraju, porośnięta przez **1100 gatunków roślin!** Zobaczycie jak przedziwne są niektóre z nich i jak wyglądają w rzeczywistości te, które wcześniej widzieliście tylko na filmach. Znajdziecie tu też mini oceanarium. Na zewnątrz natomiast mieści się uroczy park Wilsona – dawny ogród botaniczny, posiadający niezwykle interesujące okazy florystyczne.



## 6.

**Zamek Cesarski** czyli obecnie **Centrum Kultury Zamek -Ten** wyróżniający się budynek w centrum Poznania to **najmłodszy zamek w Europie**, który został zbudowany dla króla Prus Wilhelma II na początku XX wieku. Warto wejść do środka i zobaczyć jego monumentalne, klasycystyczne wnętrze. Cesarską rezydencję można zwiedzać też w nocy.

W CK Zamek odbywają się wystawy, wernisaże, a także swoje miejsce ma siedziba Teatru Animacji i kino Pałacowe.

Na zewnątrz na tyłach znajduje się natomiast niewielki skwer zieleni – dawny ogród różany wraz z restauracją, a także kopia Fontanny Lwów z hiszpańskiej Alhambry.



## 7.

**Park Cytadela** - Do 1945 roku na tym wzgórzu znajdował się fort Winiary. Znajdziecie tu nie tylko pozostałości z walk o Cytadelę, tj. czołgi, armaty czy samoloty.

Dziś Cytadela tworzy świetny teren rekreacyjny, idealny na spacer i jazdę na rowerze. Dzięki krótko strzyżonym, zadbanym trawnikom możecie tu wypocząć, rozkładając koc na trawie. To jedno z ulubionych miejsc poznaniaków na weekendowe pikniki w mieście.



**Stary Browar-** Pewnie zastanawiacie się, dlaczego centrum handlowe wylądowało w tym zestawieniu? Otóż z dzisiejszym budynkiem wiąże się bardzo ciekawa historia. Niegdyś mieścił się tu słynny Browar Huggerów, a produkcja piwa dochodziła do 72 000 hektolitrów dziennie!

Unikalny wygląd galeria zawdzięcza właśnie tamtym czasom, a po dziś dzień możliwe jest zwiedzanie jej z przewodnikiem, który opowiada o czasach świetności tego miejsca. Stary Browar w latach dwutysięcznych otrzymał nagrodę w dziedzinie architektury.

Na tyłach, obok kościoła Metodystów, znajduje się park, który został utworzony na terenie starego cmentarza ewangelickiego.



**Ogród Botaniczny UAM** - Najlepiej wybrać się tutaj wiosną, kiedy wszystko kwitnie, pachnie i zachwyca. Pokryte kolorami tęczy kwietniki i aleje na pewno poprawią wam nastrój. Idealnie miejsce na rodzinny spacer, zaczerpnięcie dużej dawki botanicznej wiedzy lub sesję fotograficzną. W ogrodzie znajduje się zabytkowy, unikatowy drewniany pawilon i urocza fontanna tancerki.



## 10.

**Malta** – Sztuczne jezioro, które powstało poprzez spiętrzenie rzeki Cybiny, płynącej przez jego środek. Nazwę zawdzięcza pobliskiemu kościołowi św. Jana Jerozolimskiego Kawalerów Maltańskich - zakonu szpitalników. Miejsce, w którym znajdziecie wszystko, zaczynając od jeziora z trybunami, na którym często toczą się zawody kajakowe, przez baseny solankowe (Termy Maltańskie), plażę z piaskiem, park linowy, pole do minigolfa, wyciąg saneczkowy, na stoku narciarskim kończąc.

Dzieci uwielbiają przejażdżkę kolejką wąskotorową Maltanką do Nowego Zoo. Odbywa się tutaj także wiele niecodziennych wydarzeń kulturalnych, jak choćby kino na świeżym powietrzu, koncerty na wodzie czy tematyczne pikniki. Mało? Kilkaset metrów dalej znajdziecie deptak w koronie drzew, Nowe Zoo i kilometry szlaków rowerowych.



Źródła: <https://mywildside.pl/polska/poznan-10-miejsc/>,  
<https://www.google.com/search?q=star%C3%B3wka+pozna>, <https://www.google.com/search?q=kozio%C5%82ki+pozna%C5%84skie>,  
<https://www.google.com/search?q=stare+zoo+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=nowe+zoo+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=ostr%C3%B3w+tumski+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=palmiarnia+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=zamek+cesarski+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=cytadela+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=browar+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=ogr%C3%B3d+botaniczny+pozna%C5%84>,  
<https://www.google.com/search?q=malta+pozna%C5%84&>

## **Karnawał trwa!**

**Tym razem w naszym kąciku kulinarnym zachęcam do przygotowania zdrowych przekąsek oraz soków. Oto propozycje, współtworzone wraz z Czytelnikami!**

### **Przekąski dla dzieci na zabawę karnawałową**

Karnawałowe gry i zabawy pochłaniają dużo sił, zadbajcie więc, by waszym dzieciom przez cały wieczór nie zabrakło smacznych, zdrowych i sycących przekąsek. Oto nasze propozycje na karnawałowe menu dla dzieci!

### **Koreczki**

to prawdopodobnie najłatwiejsza do przygotowania przegryzka, której nie może zabraknąć na sylwestrowej imprezie. Jeśli zastanawiacie się więc, co przygotować dla dzieci na sylwestra, koreczki muszą się znaleźć w waszym menu! Wystarczy, że nabijecie na wykałaczki kilka pasujących do siebie składników, takich jak wędliny, sery czy świeże owoce i warzywa. Jeśli zadbacie o to, by były wysokiej jakości, możecie mieć pewność, że w każdej kombinacji będą smakować doskonale. W wersji wegańskiej przygotujcie je z marynowanego tofu i warzyw, a w wariacie mięsnym z szynki parmeńskiej, figi i delikatnego sera. Możecie je też zrobić z łososia, fety i oliwek. Koreczki na sylwestra dla dzieci to przekąska, którą możecie przygotować niemal ze wszystkiego – puście wodze fantazji!



## Kanapki

Obok koreczków to właśnie kanapki wydają się najlepszym jedzeniem sylwestrowym dla dzieci. Są proste i szybkie w przygotowaniu, a wielość składników, których można użyć do ich zrobienia, przyprawia o zawrót głowy. Proste kanapki z pesto, pastą jajeczną i ogórkiem kiszonym zrobicie w zaledwie 10 minut, a niewiele dłużej zejdzie wam się w kuchni, jeśli zdecydujecie się na sandwich z wędliną, cheddarem, sałatą i pomidorem. Jako sposób na nieco większy głód znakomicie sprawdzi się wypełniony jajkami na twardo i chrupiącym bekonem maślany croissant.

## Croissant z bekonem i jajkiem na twardo

### SOS WASABI:

- majonez 50 g
- jogurt naturalny 15 g
- sok z limonki 10 ml
- pasta wasali 1/2 łyżeczki
- 

### KANAPKA:

- jajko 2 sztuki do ugotowania
- sól
- boczek wędzony 3 plasterki
- croissant 1 sztuka
- masło do smarowania
- sos wasali 2 łyżki
- sałata masłowa 2 listki
- szczypiorek do podania



# Szybkie ciastka owsiane

## Składniki:

- płatki owsiane 1 szklanka
- płatki jaglane 1 szklanka
- pestki dyni 1 garść
- rodzynki lub inne bakalie 1 garść
- masło orzechowe 1 łyżka
- mleko roślinne lub ulubiony sok 1/2 szklanki
- syrop z agawy 2 łyżki
- mąka pszenna lub bezglutenowa 2-3 łyżki
- sól szczypta
- olej 4 łyżki

Przepis: Alicja Rokicka / [wegannerd.blogspot.com](http://wegannerd.blogspot.com)

## Sposób przygotowania:

- Płatki wsypujemy do miski. Dodajemy ziarna i bakalie oraz masło orzechowe. Zalewamy mlekiem, mieszamy i pozostawiamy na 15 minut, w tym czasie płatki zmiękną.
- Wlewamy do masy syrop z agawy i olej. Ciągłe mieszając, stopniowo wsypujemy mąkę. Powinniśmy uzyskać bardzo gęstą masę. Formę wykładamy papierem do pieczenia.
- Z ciasta formujemy kulki i zgniatamy je na blasze lub za pomocą łyżki rozdzielamy ciasto na różnej wielkości i różnych kształtów ciasteczka. Pieczemy w piekarniku nagrzanym do 170 stopni przez 20-30 minut.



## Tortilla zawijana z szynką i serem

### Składniki:

- opakowanie tortilli (3 placki)
- 10 dag szynki np. konserwowej
- 5 dag żółtego sera w plasterkach
- 1 serek twarogowy np. ziołowy (typu Almette, 150 g)
- 3 łyżki oliwek zielonych lub czarnych
- szczypta oregano, pieprzu
- małe wykałaczki

### Sposób przygotowania:

- Do przygotowania roladek można użyć tortilli pszennej lub pełnoziarnistej (można je kupić praktycznie w każdym sklepie, typu Lidl, Biedronka, Carrefour itp).
- Na każdym placku tortilli rozsmarowujemy serek twarogowy puszysty typu Almette (np. ziołowy lub śmietankowy). Równomiernie nakładamy szynkę (ja ułożyłam 3 plasterki na każdą tortillę), plasterki żółtego (po 2 sztuki na tortillę) oraz oliwki zielone (1 łyżka posiekanych oliwek na tortillę). Ponownie lekko smarujemy serkiem twarogowym, dzięki czemu później podczas krojenia roladek nie będą się one rozwalać. Posypujemy lekko szczyptą oregano i świeżo zmielonym pieprzem.
- Każdą tortillę zwijamy, a następnie owijamy w folię spożywczą. Wkładamy do lodówki na minimum godzinę czasu. Po tym czasie kroimy je w cienkie plasterki i nabijamy w wykałaczki.



## Stripsy z kurczaka

### Składniki:

- 500 g piersi z kurczaka
- 5 łyżek mąki kukurydzianej
- 130 g płatków kukurydzianych
- 2 jajka
- 1 płaska łyżka przyprawy do kurczaka
- 1/2 łyżeczki słodkiej papryki
- dodatkowo olej rzepakowy do smażenia
- sos czosnkowy lub keczup

### Sposób wykonania:

- Piersi z kurczaka (ok. 500 g) kroimy na podłużne kawałki i przekładamy na talerz.
- Przygotowujemy trzy miseczki lub głębsze talerze. Do jednej z nich wbijamy dwa jajka, roztrzepujemy widelcem i posypujemy słodką papryką (1/2 łyżeczki) oraz przyprawą do kurczaka (1 płaska łyżka).
- Do drugiej miseczki wsypujemy mąkę kukurydzianą (5 łyżek), a do trzeciej pokruszone płatki kukurydziane (130 g).
- Na patelnię wlewamy tyle oleju, aby jedynie przykrył dno patelni.
- Kawałki kurczaka moczymy najpierw w mące kukurydzianej, w jajku, następnie obtaczamy w płatkach kukurydzianych i smażymy na rozgrzanych oleju z obu stron. Podajemy z sosem czosnkowym lub ketchupem.



Źródła: <https://kukbuk.pl/artykuly/przekaski-dla-dzieci-na-sylwestra/>  
<https://kukbuk.pl/przepisy/>  
<https://www.google.com/search?q=koreczki+dla+dzieci>  
<https://www.google.com/search?q=stripsy+z+kurczaka>  
<https://poprostupycha.com.pl/>

## Ciasteczka dietetyczne

### Składniki:

- 4 jajka
- otręby owsiane- 8 łyżek
- kropelka słodziku
- olejek migdałowy lub cynamonowy
- twarożek 0 % 250 g

### Sposób przygotowania:

- 4 jajka ubić pianę
- dodać żółtka( można tylko 2 )
- dodać twarożek
- wszystko wymieszać
- łyżką układać na blaszce formując kółka
- piec 25-30 minut w temperaturze 180 C



(zdjęcie: [www.aniagotuje.pl](http://www.aniagotuje.pl))

Amelka Wasielewska kl. III A

# Szaszłyki

## Składniki:

### Wersja owocowa:

- winogrona
- jabłka
- lub każde dowolne owoce (\*przypis redaktora )
- wykałaczki

### Wersja wytrawna:

- kabanosy
- żółty serek paluszki

### Sposób przygotowania:

- winogrono , jabłko kroimy w kosteczkę
- nabijamy na wykałaczki
- lub kabanosy i żółty serek paluszki kroimy na kawałki
- nabijamy na wykałaczki



(zdjęcia: [www.zszywka.pl](http://www.zszywka.pl), [www.fotokulinarnie.pl](http://www.fotokulinarnie.pl))

Amelka Wasielewska kl. III A

## Koktajl trzyskładnikowy

### Składniki:

- Awokado
- Banan
- Melon

### Sposób przygotowania:

- Wszystko zblendować
- Przelać do butelki 😊



(zdjęcie: [www.przestlijprzepis.pl](http://www.przestlijprzepis.pl))

Hanna Pielach II d

## Kukurydziany kosmos

### Składniki:

- 3 szklanki wody
- 1,5 szklanki kaszki kukurydzianej
- 1 łyżka masła
- garść drobno posiekanej pietruszki
- duża szczypta soli
- pieprz do smaku

### Sposób przygotowania:

- 3 szklanki wody z solą i masłem gotujemy
- do wrzątku dosypujemy kaszkę i gotujemy ok. 7-10 minut na bardzo małym ogniu
- pod koniec gotowania dosypujemy drobno posiekaną natkę pietruszki
- doprawiamy do smaku
- gorącą kukurydzianą masę wykładamy na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia lub folią aluminiową
- po wystygnięciu, za pomocą foremek do ciastek wycinamy gwiazdki i księżycy (lub inne kształty)
- następnie nabijamy na wykałaczki i przekąski gotowe



(zdjęcia własne Wojciech Skrukwa)

Wojciech Skrukwa kl. I B

## Napój z imbiru i kurkumy

### Składniki:

- imbir
- kurkuma
- pół cytryny
- miód
- wrzątek

### Sposób przygotowania:

- do dużej szklanki 0,5 l wkładamy po 3 plasterki imbiru i kurkumy, nie trzeba ich obierać wystarczy umyć
- zalewamy wrzątkiem i czekamy z 5 min aż ostygnie
- dodajemy pół cytryny i dużą łyżkę miodu



(zdjęcie: [www.food2.pl](http://www.food2.pl))

Bartosz Walczak III a

# LAUREACI JESIENNYCH KONKURSÓW

Kl. I

Praca plastyczna „Kolory jesieni”

NAGRODY

Lena Chrobak kl. I B



Jan Kosicki kl. I A



**Kl. III**  
**Konkurs fotograficzny**  
**„Jesień”**

**NAGRODA**

**Amelia Wasielewska kl. III A**



## Zimowy Konkurs dla klas I

**Artysto z klasy pierwszej!**  
Rozwiń skrzydła swojej wyobraźni!  
Wiem, że bardzo dużo potrafisz!

**Wykonaj ilustrację tym razem do zamieszczonego  
w zimowym numerze gazetki wiersza  
pt. „Bal lał”  
( s. 2)**

**Wymogi uczestnictwa:**

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



(zdjęcie:folklor\_lalki.pl)

## Zimowy Konkurs dla klas II

**Drogi Drugoklasisto!**  
**Karnawał trwa, poczuj się, jak znany kreator**  
**i projektant mody!**

Wykorzystaj swoje stroje, a także papier, krepę, worki na śmieci, tekturę, cekiny, wstążki i wszystko, co masz w domu pod ręką i będzie wg Ciebie przydatne i zaprojektuj unikatowy kostium na bal karnawałowy.

**Koniecznie zrób sobie w nim zdjęcie**  
**i prześlij je do nas przez Mobidziennik.**



( zdjęcia: [www.mieroszyno-sp.edu.pl](http://www.mieroszyno-sp.edu.pl), [www.czasswieca.pl](http://www.czasswieca.pl), [www.radioolsztyn.pl](http://www.radioolsztyn.pl))

## Zimowy Konkurs dla klas III

Drogi Uczniu z klasy trzeciej.

- Zastanów się nad „zaprojektowaniem” i wykonaniem zdrowej, zabawnej kanapki, która po zrobieniu zdjęcia będziesz mógł ze smakiem zjeść ☺

Wymogi uczestnictwa:

- zdjęcie kanapki
- dane autora: imię nazwisko i klasa



MINISTER ZDROWIA OSTRZEGA PRZED **kwejk.pl**

(zdjęcie: [www.zszywka.pl](http://www.zszywka.pl))

**Na rozwiązania zadań konkursowych  
czekam cierpliwie  
do środy 16 marca !**

**Wszystkie PODPISANE PRACE konkursowe ( imię,  
nazwisko i klasa)  
prosimy dostarczać  
do sali 201 lub przez Mobidziennik**

Liczę jak zwykle na Waszą kreatywność  
i już z ciekawością i zainteresowaniem  
oczekuję na wytwory Waszej wyobraźni :D



(zdjęcie::www.olgietta.com)

**Redaktor naczelny Echa Siódemki:  
Beata Żyto**