

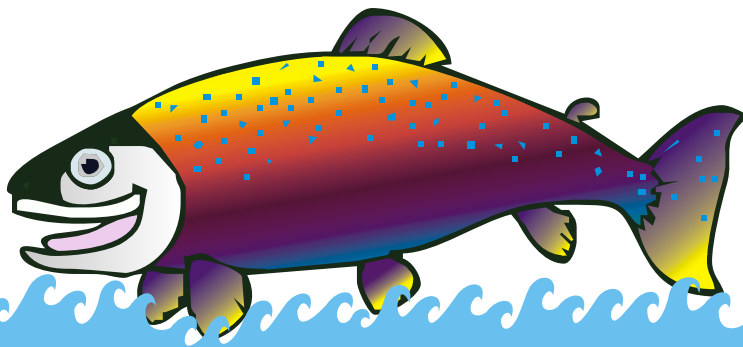


**Wójt Gminy Stare Babice
serdecznie zaprasza na**

Kampanię promocyjną **Odkryj pstrąga w Starych Babicach**

w dniu 15 sierpnia 2011r. w godzinach 12:00-18:30
na Polanie Dwóch Stawów przy ul. Rekreacyjnej w m. Zielonki-Parcelle w Gminie Stare Babice

- 12:00** Uroczyste otwarcie Kampanii promocyjnej „Odkryj pstrąga w Starych Babicach”.
- 12:15 - 18:00** **BEZPŁATNA** degustacja porcji wędzonego pstrąga.
Przeprowadzenie ankiety konsumenckiej.
Dystrybucja materiałów i gadżetów promocyjnych.
Indywidualne porady dietetyka.
Kino rybne oraz wystawa fotograficzna dotycząca ryb i ich hodowli.
Wystawa ryb żywych w plenerowym akwarium.
- 12:15 - 17:30** Konkurs wiedzy o pstrągu oraz wiele konkursów, gier i zabaw dla dzieci i rodziców.
Plener plastyczny „Pstrąg i jego środowisko” z udziałem dzieci.
- 14:00 - 16:30** Pokaz kulinarny potraw z pstrąga znanego z TV Szefa Kuchni - Marcina Budynka.
- 18:00 - 18:30** Uroczyste wręczenie dyplomów i nagród w organizowanych konkursach dla dzieci.
Podsumowanie Kampanii promocyjnej „Odkryj pstrąga w Starych Babicach”.



Pstrąg w folii z warzywami

Składniki:

- 4 pstrągi patroszone (po ok. 250 g)
- 2 średnie marchewki
- 1/2 średniego selera
- 1 por
- 2 średnie cebule
- pół pęczka natki pietruszki
- 2 łyżeczki margaryny
- przyprawy: sól, pieprz



Sposób przyrządzenia:

Obrane i umyte marchew i seler pokrój w grubsze zapałki, cebulę w kostkę, por w półksiężycy. Na patelni rozgrzej 1 łyżkę margaryny i podsmażaj pokrojone warzywa przez około 10 min.

Opłukane pstrągi natrzyj solą i pieprzem. Wypełnij ich wnętrza podsmażonymi warzywami. Tak przygotowane pstrągi układaj na folii aluminiowej, posmaruj resztą margaryny i zawiń. Wszystko połóż na grillu i piecz ok. 30 min. Pycha!

Pstrąg na ostro z tabasco

Składniki:

- 1 pstrąg
- ok. 6 kropel tabasco
- 1 łyżeczka chilli w proszku
- 1 płaska łyżeczka rozmarynu suszonego lub 1 gałązka świeżego
- 1 cebula
- 2 suszone papryczki chilli
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- przyprawy: sól, pieprz



Sposób przyrządzenia:

Pstrąga spraw i wypłucz. Cebulę zmiksuj w blenderze i dodaj kilka kropli tabasco. Rybę natrzyj solą, chilli w proszku, drobno posiekaną papryczką chilli i pieprzem. Do środka ryby włóż gałązkę rozmarynu lub posyp rybę suszonym rozmarynem, wnętrza natrzyj także cebulą z tabasco.

Rybę ułóż na folii do pieczenia, polej łyżką oliwy i obwiń luźno folią. Piecz w temp. 180° przez ok. 30 min. Na 5-10 min. przed końcem pieczenia odchyl folię i podpiecz rybę na złoty kolor. Smacznego!