

apirilak 15

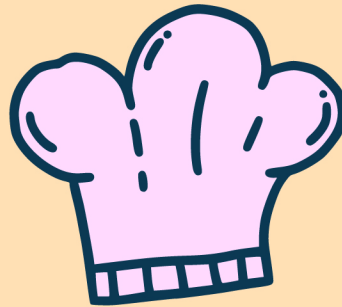
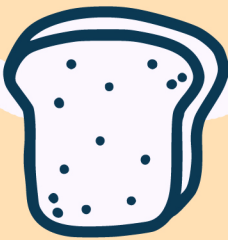


Paniniak

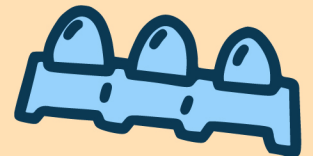
osagaiak



- Ogia (aurreko egunekoa izan daiteke): persona bakoitzeko bi zati
- Tomate saltsa · Gaztaia, nahi den motatakoa
- Gustuko elikagaiak, adibidez: urdaiazpikoa, atuna, olibak, txorizoa, tipula, piperrak, txanpinoiak...



azalpena



1. Gurasoei labea 200 gradura berotzen jartzeko eskatu
2. Ogi barra hartu, zatitu eta erdibitu
3. Labeko bandejan laberako aproposa den papera jarri, ogia azpitik babesteko. Bestela, olio piskat eman bandeja osoan zehar
4. Ondoren, koilararekin tomate saltsa jarriko dugu ogi zati guztietan
5. Gainetik guri gustatzen zaizkigun elikagaiak gehituko ditugu
6. Labean sartu eta 10-15 minutu jarriko dugu 200 gradutan. Honetarako guraso edo nagusi bateri laguntza eskatu. Paniniak labetik ateratzeko eskularruak jantzi!

