

Słowo wstępne

Witamy was w ostatnim już numerze "Świata wg Zośki", zwieńczającym ten trudny rok szkolny. Słońko świeci, a ptaszki nam wyćwierkały, że już niedługo wakacje - najbardziej wyczekiwany czas w roku. W tym wydaniu pragniemy poruszyć temat trudności, jakie spotykają ludzi na całym świecie ze względu na ich kolor skóry, wybierzemy się w kulinarną podróż do Japonii i poznamy historię pewnego tancerza, dla którego taniec stał się esencją istnienia. Przeniesiemy się także do studia tatuażu, by poznać je od nieco

innej strony, a moda przyjdzie do nas z ubiegłego wieku, by pokazać oryginalność i styl w czasach wojny. Nie macie pomysłu na czas wolny? Spokojnie, zapewnimy wam krótką listę musicali na pochmurne lub długie, wakacyjne dni.

Życzymy wam słonecznych, spokojnych i radosnych wakacji i do zobaczenia we wrześniu!

Karolina Janicka i Weronika Czasak

**W TYM NUMERZE**

Słowo wstępne	1
Wywiad z nauczycielem tańca Panem Marcinem Skrzeczem	2
Pięć współczesnych musicali	5
Spektakle dla każdego	8
Wojna i moda – lata 40.	17
Recenzja książki „Cień Żywiołu”	20
Kącik światowy	21
Humor	22
Wakacyjne przepisy	23



Wspaniałych przygód, dużo słońca, poznania interesujących osób oraz bezpiecznych wakacji

życzy redakcja

Wywiad z Panem Marcinem Skrzeczem – nauczycielem tańca

Magdalena Sztampke: Dzień dobry. Dziękuję, że zgodził się Pan na wywiad.

Marcin Skrzecz: Witam, dzień dobry. Nie ma sprawy.

P: Jak to się stało, że zajął się Pan tańcem?

O: Szczerze mówiąc chciałem się troszkę odseparować od rodziny. Z mamą ledwo się dogadywałem. Pojechałem do swojej siostry ciotecznej. Ona powiedziała mi, że ma sąsiada, który tańczy, pokazała mi jego filmy. No i tak się zaczęło. Powiedziała, że może mi załatwić wejście do klubu przy telewizji. Stwierdziłem, że spróbuję, chociaż nie byłem do końca przekonany czy chcę tańczyć. Ale, tak jak powiedziałem, chciałem się wyrwać z domu.

P: A jak długo już Pan tańczy?

O: 31 lat.



P: To długo. A kiedy miał Pan swój debiut?

O: Dokładnie jak miałem 16 lat i wszedłem do klubu Fight Max. To tam zacząłem swoją karierę, w klubie roc'n rollowym z lat 50'tych. Miałem trenera, który ogólnie był bokserem, a nie tancerzem. No, ale miałem bardzo dobrych kolegów i koleżanki, którzy długo już tańczyli, dlatego oni mnie trochę uczyli. Mój trener, stwierdził, że niedługo jest turniej, i miesiąc po rozpoczęciu mojej kariery tanecznej, wysłał mnie na parkiet. Ja oczywiście byłem niedoświadczonym tancerzem, ale wtedy nie było grup początkujących czy zaawansowanych, więc musiałem startować z innymi, którzy mieli większe

doświadczenie. Jednak całkiem dobrze mi poszło, bo wszedłem do finału i zająłem ostatnie, szóste miejsce.

P: Ale finał to i tak wielkie osiągnięcie, szczególnie jak na miesiąc nauki.

O: Byłem bardzo szczęśliwy z tego powodu. Wtedy jeszcze były takie czasy, że turnieje odbywały się dwa, trzy razy w tygodniu. Dlatego mój początek był bardzo intensywny, bo miałem około 9-10 turniejów w przeciągu miesiąca. Oczywiście przez cały czas się rozwijałem, zacząłem wygrywać, no i tak doszło do tego, że wszedłem do finału w mistrzostwach Polski. A w finale pierwsze trzy pary reprezentowało Polskę za granicą. W ten sposób zacząłem jeździć za granicę, na mistrzostwa świata Europy. Za darmo, bo Telewizja Polska była sponsorem, więc praktycznie 8 lat w reprezentacji Polski. Na 8 lat, 7 przejechałem, za darmo pół świata przez telewizję. No tak to mniej więcej turniejowo wyglądało.

P: A czy jest jakaś podróż, którą wspomina Pan najlepiej?

O: Wszystkie były fajne, natomiast chyba najlepiej wspominam podróż do Anglii. Pojechaliśmy na obóz do Sarnówka na 3 tygodnie przed mistrzostwami Anglii. Tam 3 tygodnie trenowaliśmy, po czym bezpośrednio z Sarnówka przyjechaliśmy do Birmingham. Na granicy pierwszej, czyli w Czechach, zatrzymali nas, bo się okazało, że jedna z uczestniczek, dziewczynka Małgosia, która miała 8 lat, pomyliła paszporty i wzięła paszport siostry, czyli nie było wizy. Trzeba było załatwiać wszystko na granicy. Udało nam się dotrzeć do Holandii bez paszportu Małgosi. Tam w Amsterdamie doleciał jej ojciec, przywiózł paszport i poleciliśmy, zamiast przez Francję i Kanał La Manche, to przez Morze Północne popłynęliśmy do Anglii, promem. I to była najfajniejsza przygoda, bo ponad 14 godzin na gigantycznym promie pasażerskim, gdzie się bawiłem, zwiedzałem, byłem na dyskotecę. Była ładna pogoda, więc nas bujało wzdłuż i wszerz. Przez to też

zwiedziłem Amsterdam, bo mieliśmy obowiązkowy postój. Ten wyjazd wspominam najlepiej.

P: No dobrze. Ale miał Pan takie fantastyczne przygody. Raczej nie wskazywało na to, że zostanie Pan nauczycielem tańca, prawda?

O: No nie wskazywało. W moim życiu nastąpiło dużo zbiegów okoliczności. Kiedyś pracowałem w Domu Kultury, jako instruktor społeczno-kulturalny. Wtedy organizowałem imprezy różnego rodzaju. Sylwestry, koncerty i tak dalej. Prowadziłem tam klub taneczny. Ale straciłem tę pracę w pewnym momencie. Jednak potem został mi zaproponowany wyjazd na obóz. Okazało się, że obóz był integracyjny, z dziećmi, które miały różne problemy. Asperger, Zespół Downa, dzieci z patologicznych środowisk i osoby bez dysfunkcji. Tak zaczęła się moja przygoda z dziećmi. Wtedy pracowałem też w przedszkolu przez 5 lat. W tym samym czasie dostałem telefon, od dziewczynki, która była uczennicą w szkole na Garbińskiego, a ja ją sędziowałem na turniejach, bo już byłem wtedy sędzią. Zadzwoiła do mnie z zapytaniem, czy mógłbym przyjść do szkoły, bo ich Pani od tańca się rozchorowała i potrzebują instruktora. No i poszedłem do szkoły, spotkałem się z Panią Dyrektorką, wtedy panią Małgorzatą Wysińską. Po 4 godzinach rozmowy, bardzo owocnej, przyjemnej i ciekawej dogadaliśmy się, polubiliśmy i Pani Dyrektorka wyjęła umowę nauczycielską. Więc ja mówię „Pani Dyrektorko, ja nie jestem nauczycielem tylko jestem instruktorem”. Na co ona „Panie Marcinie, Pan się nadajesz”. Tak wylądowałem w Zośce.

P: Rozumiem, że wtedy zaczął Pan również być reżyserem spektakli?

O: Tak, ponieważ, jak wiesz, w szkole mamy tydzień teatralny. Wtedy każdy nauczyciel przedmiotów artystycznych musi coś przygotować z dziećmi. Dlatego musiałem zacząć przygotowywać ten spektakl. Pierwszy spektakl był w klimatach retro, no i on rzeczywiście był ciekawy, taki typowo w moich klimatach, w tych rzeczach, w których ja się poruszałem. No, ale musiałem zacząć się rozwijać w innych dziedzinach. Więc zacząłem jeździć na różnego typu szkolenia. Poprzez tańce ludowe, klasyczne, w kręgu, czyli różnego rodzaju żydowskie, nieżydowskie. Później tango, salsa i inne rzeczy. Miałem urwanie głowy. No, ale przez to poznałem też bardzo dużo technik tanecznych. Zacząłem tworzyć nowe spektakle. A im dalej w las, tym inaczej, tym ciężiej, coraz więcej technik tanecznych. Tak zacząłem przystępować, jako reżyser.

P: A czy któryś ze spektakli specjalnie zapadł Panu w pamięć?

O: Wiesz, każdy jest inny. Teraz zacząłem sobie przypominać, mamy czas na to, żeby wspominać. Grzebię w odmetach mojego tabletu i moich komputerów i znajduję starocię. Jednym ze spektakli jest „Picasso”. To jest spektakl, który powstał na podstawie obrazów Picassa. Pamiętam, nawet, jak narodził się pomysł na tę sztukę. Siedziałem w pokoju nauczycielskim,

jeszcze wtedy można było tam palić, razem z Panią od technik filmowych. Mówię do niej: „Ela nie mam pomysłu na spektakl”. No i tak gadamy, gadamy. W pewnym momencie powiedziała: „Może chciałbyś zrobić jakiś obraz?”. Mówię, czemu nie? Zacząłem przeglądać różnych artystów. Stwierdziłem, że bardzo pokrzywionym i dziwnym artystą jest Picasso. A że jeszcze dostałem propozycję z Instytutu Hiszpanii, żeby coś zrobić, więc połączyłem przyjemne z pożytecznym. Zrobiłem spektakl na podstawie dzieł Picassa. Więc miałem sztukę na tydzień teatralny, a przy okazji tytuł dla Instytutu Hiszpanii. To jest spektakl, do którego lubię wracać. Może też przez to, że sam pomysł, jaki i muzyka, która do niego była, jest gdzieś w środku bardzo dla mnie ważna.



P: A czy pamięta Pan może spektakl, który zapadł Panu w pamięć poprzez śmieszne sytuacje, które zdarzyły się podczas?

O: Wiesz... Śmieszne sytuacje są często. Na przykład w „Picassie” jedna z uczestniczek złamała nogę w trakcie. Nie wiem, czy to jest śmieszne, ale smutne. Aczkolwiek z upływem lat można się z tego pośmiać. Czy były naprawdę śmieszne sytuacje... Raczej nie. Znacząco wiesz, jak to jest, jak my sami robimy spektakl, gdzie są śmieszne sytuacje. Ale nie ma takiego spektaklu, gdzie ubawiłem się po pachy. Ja raczej nie mam czasu. Znacząco na żarty mam, ale jak już coś

robimy, to staramy śmiać się, ale jednak pracować ze spektaklem. Nie kojarzę takich wybuchów śmiechu z jakiejś tam sytuacji, która nastąpiła w trakcie spektaklu.

P: Z tego, co wiem, miał Pan przerwę w nauczaniu w naszej szkole.

O: Tak.

P: Czy widzi Pan różnicę w funkcjonowaniu szkoły, pomiędzy kiedyś, a teraz?

O: Niestety tak. Jest gorzej niż lepiej. Przede wszystkim młodzież jest mniej zaangażowana w to, co robimy, pogoń do domu. To, co wam mówiłem na lekcjach, opowiadałem, że młodzież w tamtych latach angażowała się całą sobą i nie było pytań, kiedy możemy iść do domu, albo muszę iść do domu teraz. Po prostu był spektakl do zrobienia i wszyscy siedzieliśmy, koczowaliśmy. Ja piłem kawę, a oni przerwę obiadowo-kolacyjną, a teraz tego nie ma jak wiecie. To pod koniec było troszkę, ale to też była tylko namiastka tego, co było kiedyś. No, to się zmieniło. Niestety, ale sztuka wymaga poświęcenia i czasu też. To jest chyba największa różnica pomiędzy tym, co było kiedyś, a tym, co jest teraz. No, jeżeli chodzi o różnice zachowań, to takie same kochane dzieciaki były wtedy jak i teraz. Ja bardzo was lubię, natomiast mówię, podejście do sztuki jest troszkę niestety inne i to jest takie przykre, że ciężko robić duże przedsięwzięcia, nie mając ludzi przy sobie. I to jest jedyna różnica.

P: Apropos zmian jeszcze. Teraz, jak wiemy, panuje epidemia koronawirusa. Co z tegorocznym tygodniem teatralnym?

O: Czekamy przede wszystkim na informację, kiedy wracamy do szkoły. On na pewno będzie. Czy będzie tydzień teatralny czy nie, ja go wystawię. Jeżeli wrócimy w czerwcu, to go zrobimy w lipcu. Albo we wrześniu. Albo w październiku.



P: Czyli rozumiem, że spektakl, który jest teraz przygotowywany, nie pójdzie do kosza.

O: Nie, nie pójdzie do kosza. Za dużo rzeczy, czasu i energii poświęciliśmy, żeby to teraz wyrzucić. Szczególnie, że

zapowiada się na bardzo fajny spektakl. Oczywiście mamy jeszcze dużo do roboty, żeby to wszystko pięknie wyglądało (...). Robimy go dalej, nie poddajemy się. Jeżeli nie uda nam się zrobić go w tym roku, to zrobimy w następnym.

P: A jeszcze pytanie o pomysł na spektakl. Czy tutaj też jest jakaś podobna historia jak ze spektaklem „Picasso”?

O: Nie, zupełnie inna. Ten spektakl jest, przede wszystkim, na podstawie musicalu. Wiesz, są bardziej luźne fragmenty, różna forma, bardziej musicalowo. „Picasso” był jednak taką bardziej twórczą rzeczą, mającą w sobie jakiś przekaz, czyli wysyłanie ruchem obrazu. Taki miał być efekt tego spektaklu. Czyli z ruchu ludzi wynikał obraz, a z obrazu, który tancerze stworzyli pojawiał się obraz oryginalny. A tu, bardzo taki musicalowy format, aczkolwiek inny niż dotychczas, bo ja bardzo często, co roku jakby, zmieniam formę. Raz idę w kierunku musicalu, później wracam do czegoś bardziej twórczego. Dzięki temu, co roku jest inaczej. Czyli teraz pracujemy do dosyć fajnej i pociągającej muzyki. Ale za rok będziemy już pracować nad kompletnie inną, bardziej poważną, bardziej instrumentalną i tak dalej. Po czym znowu wrócimy do jakiejś lekkiej formy, po czym znowu wracamy do cięższej formy. Ja zazwyczaj tak pracuję. Co roku robię kontrastowe spektakle.

P: A czy teraz ma Pan pomysł na nowy spektakl?

O: Mam pomysł. Aczkolwiek cały czas nad nim siedzę i myślę, czy będę chciał go zrobić czy nie. Wróciłem sobie do muzyki, zacząłem jej słuchać i nie wiem, czy będzie wam łatwo ją przesłuchać, bo to jest szok. Chciałbym wrócić do Chopina, bo Chopin to jest spektakl, który miał powstać przed moim odejściem ze szkoły. Odszedłem ze szkoły ze względu, że wpadłem w depresję, moja mama zmarła. Nie udało mi się wytrzymać do końca roku. W połowie roku zszedłem. Stworzyłem tylko ośmiominutową etiudę na podstawie Chopina, z którego miałem

stworzyć całogodzinny spektakl. Finalnie nie powstał. Muzyka została, nie wyrzucałem jej. I teraz, po latach, jak już wróciłem do szkoły, zacząłem myśleć do tej muzyki. Jeszcze nie jestem przekonany, czy na pewno, bo mówię, muzuka jest ciężka i nie wiem, czy wy ją przetrawicie. Ale to będziemy pracować po „Bomshell”. Jak już skończymy, to usiądziemy sobie, posłuchamy Chopina wspólnie.

I zobaczymy, jak przetworzycie tę muzykę, jak będziecie na nią działać. Jeżeli się okaże, że jest ok, to wtedy stworzymy spektakl „4 pory roku...” 4 pory roku, czyli wiosna, lato, jesień, zima. Ale każda pora roku wiąże się z porą życia. Narodziny, okres dojrzewania, dorosłość, starość i śmierć. Dosyć poważny temat jak słyszysz.

P: Tak, to prawda.

O: Ale jest to gdzieś w mojej głowie już od wielu wielu lat. Chciałem to stworzyć 11 lat temu, nie udało mi się, może się uda w następnym roku. Ja lubię takie słamy, bo one dają też dużo kreatywności i uczą też was innego myślenia. Bo musicie zacząć myśleć muzyką i duszą, a nie tylko samym ruchem ciała. Musicie zrozumieć muzykę i emocje.

P: To bardzo piękna myśl. Dziękuję Panu za ten wywiad i za poświęcony mi czas. Mam nadzieję, że spektakl, zarówno „Bomshell”, jak i „4 pory roku...” wyjdzie jak najlepiej.

O: Ja też mam taką nadzieję i mam nadzieję, że jak najszybciej się z wami zobaczę.

Rozmawiała: Magdalena Sztampke

Pięć współczesnych musicali, idealnych do obejrzenia w wolnej chwili

W tym, obiektywnie, „wolnym czasie” każdy może podjąć różne aktywności czy spędzić ten czas w przyjemny sposób. Szkoła może być stresująca, ale od czego jest przecież czas wolny oraz wakacje? Jednym z przyjemnych, mało wymagających oraz zdecydowanie satysfakcjonujących sposobów spędzania tego czasu jest zwyczajne oglądanie musicali lub słuchanie ich ścieżek dźwiękowych. Zaproponowane w tym zestawieniu musicale, w mojej subiektywnej ocenie, urzekają zarówno warstwą muzyczną jak i fabularną, choć są to przykłady dość współczesne. Co się tyczy fabuł, powstają one często na podstawie istniejących filmów czy książek lub są one zupełnie oryginalnymi historiami - są bardzo różne. Musical może być „jednym muzycznym ciągiem”, niezmaconym dialogami lub wręcz przeciwnie - zwyczajną sztuką teatralną przerywaną piosenkami. Cóż, jest to gatunek dość różnorodny, dlatego też myślę, że każdy może znaleźć coś dla siebie. To, co za chwilę przedstawię to jedynie pięć propozycji, lecz mam nadzieję, że będą to dobre opcje spędzania wolnego czasu.

„In the Heights”

Musical autorstwa Lina-Manuela Mirandy, powstały na podstawie książki Quiary Algerii Hudes, opowiada o losach latynoskiej społeczności mieszkającej w tytułowej dzielnicy Nowego Jorku. Historia ta jest wyjątkowo letnia (przeważa tu muzyka latynoska oraz rap, hip hop), choć momentami dramatyczna, ukazuje ich problemy, z którymi muszą zmagać się, próbując utworzyć kolejny dom z dala od swoich korzeni, choć wciąż o nich pamiętając. Jest to przede wszystkim historia pełna nadziei, akcentująca to, że **„cierpliwość i wiara”** w życie i ludzi pozwala przetrwać najgorsze chwile i cieszyć się z tych najlepszych w pełni.



Źródło: <https://en.wikipedia.org/wiki/>

„Mean Girls”

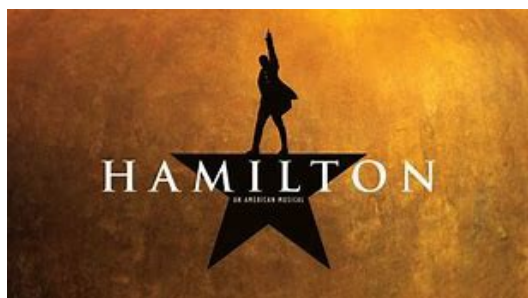
Na początku był film o tym samym tytule, w Polsce są to zwyczajnie „Wredne dziewczyny”, a w 2017 r. powstał musical w kompozycji Jeffa Richmonda. Opowiada on historię pewnych licealistów, którzy w często komediowy sposób zauważają, że bycie złośliwym jest względnie łatwe i skuteczne, ale krótkotrwałe i niszczące. Jest to „ostrzegawcza baśń” o tym jak przede wszystkim należy być sobą, ponieważ, gdy za wszelką cenę pragnie się dopasować do reszty, można bardzo łatwo się pogubić i zacząć krzywdzić siebie jak i wszystkich wokół.



Źródło: <https://en.wikipedia.org/wiki/>

„Hamilton”

Jak w tym zestawieniu mogłoby zabraknąć legendy nowego Broadway ‘u autorstwa, wcześniej wspomnianego już, Lina-Manuela Mirandy? Jest to opowieść na podstawie biografii Alexandra Hamiltona, najmłodszego z ojców założycieli Stanów Zjednoczonych. Musical o osieroconym chłopcu, który dzięki ciężkiej pracy i ciągłemu samodoskonaleniu dał radę wyjść z rozpaczliwego ubóstwa, którego doświadczał na Karaibach, stać się bohaterem rewolucji, a następnie pierwszym Sekretarzem Skarbu USA oraz twórcą dolara amerykańskiego. Do tego, tytułowy bohater musicalu prowadził dość burzliwe życie i zdecydowanie „nie zmarnował swojej szansy”. Jest to historia dająca nadzieję i motywację do tego, by pracować ambitnie o lepsze jutro.



Źródło: <https://en.wikipedia.org/wiki/>

„Heathers”

Jest to przykład musicalu, powstałego na podstawie filmu z 1989 r. Musical autorstwa Laurence O’Keefe oraz Kevina Murphy’ego opowiada o nastolatkach, którzy starając się dorosnąć, gubią się w życiu i podejmują dość nierzadko decyzje tragiczne w skutkach. Do tego jest to czarna komedia (film także nią jest), dlatego nie zabraknie tu mrocznego humoru, często przecież tak pożądanego. Bohaterowie tego utworu na własnej skórze

doświadczają negatywnych skutków lekkomyślności, zbytku władzy czy braku akceptacji ze strony otoczenia oraz osamotnienia. Przez cały czas starają się „**rzucić światło**” na swoje życie.



Źródło: <https://en.wikipedia.org/wiki/>

„Six”

Musical ten, autorstwa Toby’ego Marlowa i Lucy Moss, to ciekawa forma opowiedzenia historii sześciu żon Henryka VIII z perspektywy właśnie tych sześciu kobiet. Sam musical i jego fabuła utrzymane są w ciekawej formie popowego koncertu, starając się unowocześnić oraz przybliżyć współczesnemu widzowi te autentyczne historie. Obrazuje, jak nie warto „**tracić głowy**” dla nie wiadomo czego, akcentuje rolę kobiet w historii. Musical ten także pokazuje, że z trudną i burzliwą przeszłością da się rozliczyć, a samoakceptacja to rzecz ważna, która wymaga głębokich przemyśleń i poczucia wsparcia w innych.



Źródło: <https://en.wikipedia.org/wiki/>

Weronika Czasak

SERIALE DLA KAŻDEGO

Jeśli nie wiesz co obejrzeć w wakacje, ułatwię Tobie zadanie (przynajmniej mam taką nadzieję).

A jeśli już wszystko stąd widziałeś zabierz się za książkę, czas odłożyć seriale i zabrać się za czytanie. Miłego oglądania ☐ ☐

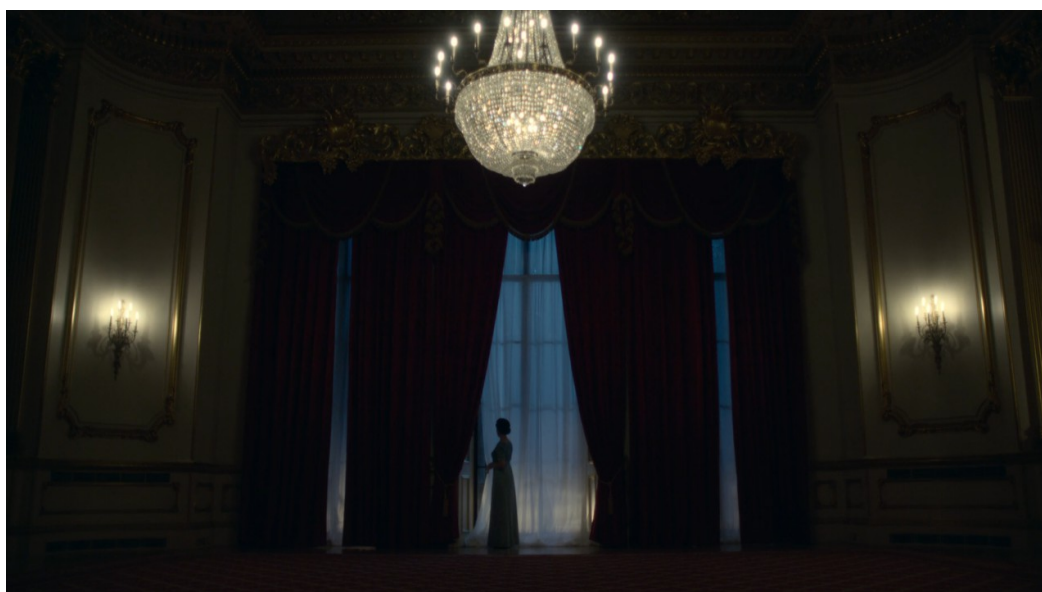
- **Dla tych co lubią jazdę figurową**

-Spinning out (1 sezon) - jeden odcinek trwa około 45 minut



- **Interesuje cię życie królewskie**

-The Crown (3 sezony) - jeden odcinek trwa około 58 minut



-Victoria (3 sezony) - jeden odcinek trwa około 50 minut



-The Great (1 sezon) - jeden odcinek trwa około 50 minut



- **Tęsknisz za czasami dzieciństwa**

-SpongeBob Kanciastoporty (12 sezonów) - jeden odcinek trwa około 10 minut



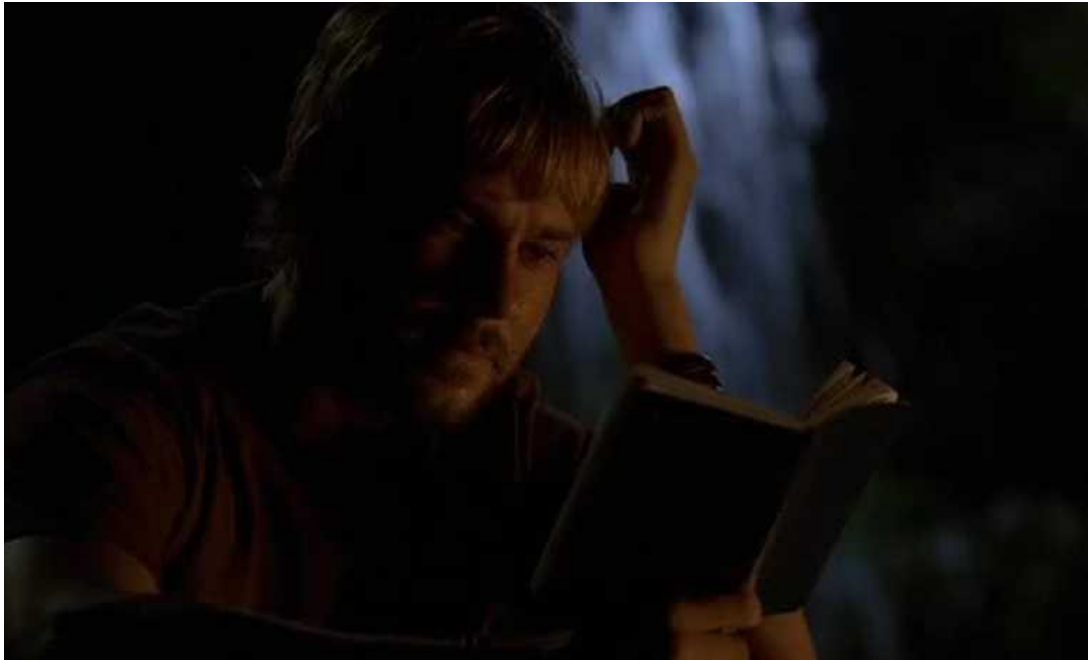
Fineasz i Ferb (4 sezony) - jeden odcinek trwa około 10 minut

-Scooby-Doo 1969rok (3 sezony) - jeden odcinek trwa około 30 minut



- **Chcesz się zagubić na długi czas**

-Lost (6 sezonów) - jeden odcinek trwa około 45 minut



- Lost in Space (nie długi - 2 sezony) - jeden odcinek trwa około 55 minut

Uwięziona w kosmosie lata świetlne od celu swojej podróży rodzina Robinsonów walczy o przetrwanie.



Dla książkoholików (na podstawie książek)

-Outsider (1 sezon) - jeden odcinek trwa około 55 minut



-Ania, nie Anna (3 sezony) - jeden odcinek trwa około 45 minut



-Mroczne materie (1 sezon) jeden odcinek trwa około 55 minut



▣ Świat magii

-Merlin (5 sezonów) - jeden odcinek trwa około 45 minut

Merlin jest czarodziejem, który musi ukrywać swoje zdolności, ponieważ bezwzględny król tępi wszelką jego magię. Z czasem Merlin zostaje sługą księcia Artura oraz jego przyjacielem.



- **Masz dziwny humor**

-American Vandal (2 sezony) - jeden odcinek trwa około 35 minut

Dylan zostaje wyrzucony ze szkoły za wandalizm, on jednak twierdzi, że tego nie zrobił. Dochodzeniem zajmuje się kolega ze szkoły, który chce udowodnić niewinność Dylana.

Serial został nakręcony tak że oglądając zaczniecie się zastanawiać czy to wszystko fikcja czy prawda.

Drugi sezon to już grubsza sprawa ;)

-Unbreakable Kimmy Schmidt (4 sezony) - jeden odcinek trwa około 30 minut

Kimmy przez 15lat żyła w bunkrze (porwana przez szalonego pastora), wierząc, że świat jest po apokalipsie. Gdy zostaje uratowana, jest już dorosłą kobietą. Teraz spróbuje na nowo ułożyć sobie życie w Nowym Jorku, będąc mentalnie dzieckiem.

-Fleabag (2 sezony) - jeden odcinek trwa około 25 minut



9

- Świat mody

-Girlboss (1 sezon) - jeden odcinek trwa około 30 minut



- Kryminalnie i z humorem

-Lucyfer (5 sezonów) - jeden odcinek trwa około 45 minut

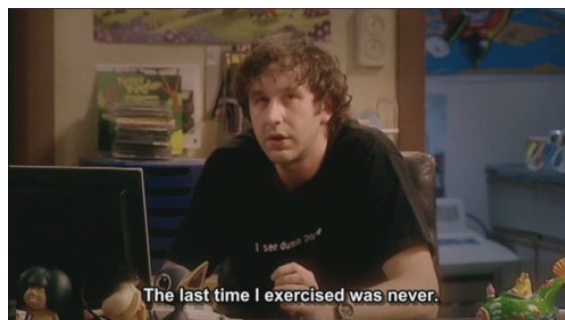
Lucyfer to Władca Piekieł, który znudzony swoim życiem postanawia porzucić swoją funkcję i przenieść się do Los Angeles. Zostaje tam właścicielem klubu, a gdy dochodzi do zabójstwa postanawia pomóc znaleźć mordercę, dzięki swoim nadprzyrodzonym mocom.

-Brooklyn nine-nine (7 sezonów) - jeden odcinek trwa około 25 minut



- Dla miłośników technologii

-The IT Crowd (4 sezony) - jeden odcinek trwa około 25 minut



-Mr. Robot (4 sezony) - jeden odcinek trwa około 50 minut



-Dolina krzemowa (6 sezonów) - jeden odcinek trwa około 30 minut

Pasjonaci najnowszej technologii otrzymują środki na wyprodukowanie kolejnych wynalazków.

-Black Mirror (5 sezonów) - jeden odcinek trwa około 60 minut



- Dla osób, które lubią gotować, ale im trochę nie wychodzi

-Nailed it! (4 sezony) - jeden odcinek trwa około 30 minut



Agnieszka Oleksiak

Wojna i moda – lata 40.

Lata 40. zaczęły się wojną, ale wojną nie była, bo światową i to drugą. Nie dotknęła ona wszystkich narodów w równym stopniu, lecz wielokrotnie ludzie musieli radzić sobie z np. deficytami materiałów takich jak nylon, używanego w produkcji pończoch z charakterystycznym ciemnym paskiem z tyłu łydki. Gdy nylonu już nie wykorzystywano na potrzeby cywilne, kobiety dorysowywały sobie właśnie ten pasek, imitując krój tych pończoch. Tak naprawdę świat bardzo szybko zaczął się zmieniać i, jak to miało miejsce zaledwie dwadzieścia lat wcześniej, rola kobiety w społeczeństwie ciągle się zmieniała na skalę międzynarodową, podążając w swojej gwałtowności z działaniami na wojennych frontach. Kobiety częściej znajdowały swoje miejsca w wojskach, stały się np. snajperkami w Armii Czerwonej, tak jak chociażby Ludmiła Pawliczenko, której liczba celnych trafień w czasie wojny wynosiła ponad trzysta w tym około czterdziestu snajperów wroga.

Modna odzież mogła w tamtych czasach rodzić podejrzenia o kolaborację z okupantem, a do tego nawet za duże pieniądze często nie dawało się kupić pożądanej odzieży, gdyż w tamtym czasie żurnale modowe przestały istnieć, a niektóre europejskie firmy modowe, np. Chanel, wycofało się z branży na czas wojny. Jednakże, powstawały wtedy amerykańskie marki, które mogły pozwolić sobie na kreatywne podejście do mody takie jak np. Lilli Ann, Claire McCarell czy Adrian. Nie oznacza to jednak, że wielkie przedwojenne osobistości związane z modą zupełnie zawiesiły swoją „działalność”. Marka odzieżowa sygnowana nazwiskiem Hugo Bossa w czasie wojny szyła mundury dla takich formacji jak SS, a sama Coco Chanel w czasie wojny zajmowała się szpiegowaniem na rzecz Rzeszy, a do tego wydawała Żydów, choć sama była Żydówką. Co dotyczy się wspomnianego wyżej schludnego ubioru, stał się on pewną formą walki z okupantem, manifestowano nim wysokie poczucie godności, którego okupant nie był w stanie odebrać.

Cieężko jest jednoznacznie określić kanon piękna lat 40. dla całego świata. Rozłożenie „modowych wpływów” także uległo zmianie. Paryż utracił wtedy, bowiem swój status niezaprzeczalnej stolicy mody i stylu, a Londyn, go wbrew oczekiwaniom nie uzyskał. Nowy Jork poza Europą i Berlin w Europie dyktowały style. Sowieckie kobiety natomiast zdecy-

dowanie nie interesowały się w tym czasie modnym ubiorem, a manifestowały to np. poprzez zwyczajne niedostosowywanie ubrań do okazji (zakładanie koszul nocnych, jako toalet wieczorowych było na porządku dziennym), co było także bardzo mocno związane z panującym wówczas socrealizmem w ZSRR, a ten „nieokrzesany” ubiór stanowił walkę z burżuazyjnymi konwenansami. Jednakże, istniały wtedy wspólne trendy dla świata takie jak np. spódnica przybierająca linię litery A, urozmaicona plisami czy wstawiane ramiona lub spódnice ledwo zakrywające kolana. Co się tyczy lansowania zakrywania wspomnianych kolan, był to dość ciężki temat, ze względu na brak tkanin. Rodziło to często widok, przede wszystkim młodszych kobiet, noszących przykrótkie sukienki czy spódnice. W Polsce, sukienki często szyte były z materiałów pozyskanych z przedwojennych, starych sukienek, dlatego bardzo widoczne były te dwukolorowe ubrania. Była to jednak wciąż „luksusowa” opcja, gdyż tak naprawdę ubrania szyto ze wszystkich materiałów, które mogły się do tego nadać – cerat, koców, firan czy worków.



Odświeżone ubrane trzy kobiety, Warszawa ok. 1940 roku

Przerabiano także męskie marynarki na damskie żakiety, męskie spodnie na spódnice, czy stare szlafroki na eleganckie żakiety. Modne i praktyczne były swetry, które można było w razie potrzeby spruć i wydziergać coś nowego, wedle uznania. Wojna zmieniła także postrzeganie spodni noszonych przez kobiety – uznane zostały za przede wszystkim praktyczne (zwłaszcza zimą, gdy ciężko było o np. pończochy). Nieprzyjmowane były już ze zgorzaniem lub kojarzone ze sportem, stały się elementem codziennej garderoby noszonej np. do pracy lub przez uczestniczki grup partyzanckich.

Co się tyczy obuwia, modne stały się buty na koturnach, gdyż to właśnie one były stabilne i łatwe do wyrobienia. Obuwie na grubym, drewnianym obcasie także było pożądane, choć w tańszej wersji mogło ono przybierać formę wystruganych drewniaków. Jeżeli chodzi o obuwie zimowe, którego zazwyczaj brakowało, możemy tu z łatwością wymienić polską tendencję, gdyż często noszono tzw. „kapce”, czyli proste botki w stylu góralskim ocieplane jakimś względnie tanim i ciepłym materiałem. Chociaż i tak donoszono przedwojenne obuwie w towarzystwie ciepłych getrów, popularnych w latach 30.



Kobiety idące ulicami Warszawy, ok. 1942 roku

Pomimo trudności w uzyskaniu schludnych ubrań nadających się do użytku, kobiety nie zamierzały rezygnować z wcześniejszej elegancji, której z pewnością dodawały nakrycia głowy. Kapelusze bywały różne (duże, małe, płaskie czy wysokie), chociaż w czasach okupacji mało popularnym pomysłem było wyróżnianie się z tłumu. Nakrycie głowy w postaci kapelusza było także pewnym sposobem dodawania swojej postaci godności w tamtych czasach. Co się tyczy innych nakryć głowy, kapelusze popularne były raczej w miastach i miasteczkach, natomiast na terenach wiejskich wciąż królowały chustki zarzucone na głowę i wiązane pod brodą. Dodatkowo, w pewnym momencie na świecie popularne były także turbany. Mówiąc o głowie, nie wolno pominąć fryzur. Można by spekulować przecież, że modne fryzury straciły na wartości w czasach wojny – zupełnie nie! Wtedy umiejętność modnego wystylizowania fryzury była o

tyle pożądana, że modnie ułożone włosy dodawały świeżości często dość znoszonej garderobie. Popularne były ówczesne upięcia nad czołem w postaci misternych fal, ciasno skręcone loki czy chociażby charakterystyczne wybrzuszenia, imitujące włosy uniesione przez wiatr. Warkocze były zarezerwowane dla dzieci oraz nastolatków, natomiast ciasne koki noszone były raczej przez mieszkanki wsi.



Kobiety ubrane w sukienki o modnym kroju i desenie w kwiaty, koło roku 1942.

Makijaż nie był już tak popularny jak wcześniej, choć za aliancką granicą czerwona szminka kojarzona była z oporem i kobiecością to w Polsce była jedynie fanaberią. W kraju nad Wisłą ceniono jednak lekki makijaż, który był uważany za kolejną linię obrony przed nieprzyjazną rzeczywistością i ukazaniem niezłomności ducha – znane są relacje, gdy kobiety po przesłuchaniach pełnych przemocy nie zaczynały błagać o litość, a jedynie poprawiać makijaż.

Weronika Czasak

Tatuaże

Sztuka – co to takiego? Czy sztuką możemy nazwać tylko rysunki, obrazy, rzeźby czy architekturę? Sztuka to to, co sami uważamy za sztukę. Ja uważam za nią tatuaże. Jeszcze do niedawna wiedziałam tyle, co większość, że ładnie wyglądają. Jednak za ładnym wyglądem kryje się dużo więcej.

Każdy tatuaż jest inny, każdy jest wyjątkowy. Jedni lubią się w minimalistycznych, delikatnych wzorach, za to inni lubią wyrażać siebie i podkreślać swoje ciało żywymi kolorami, oplatającymi wymyślne kształty. Znaczenie każdego z nich jest różne, często ludzie tatuują coś, co ma dla nich osobiste znaczenie i chcą o tym pamiętać. Imiona rodziców, daty ich urodzin, cytaty, rysunki, symbole. To wszystko nadaje pewnej wyjątkowości. Zanim zaczęłam uczyć się tatuować, nie miałam pojęcia ile trzeba pracy, by tatuaż był dziełem sztuki. Bo właśnie tym mają być, dziełem zdobiącym człowieka, jego osobistym wyrażeniem siebie, pokazaniem jaki jest, co lubi, co jest dla niego ważne.

Jeżeli chodzi o technikę tatuowania, z początku była to dla mnie czarna magia. Nadal nie mogę nazwać się profesjonalistą, jednak wiem już całkiem sporo. Najważniejszym narzędziem jest maszynka. Są ich dwa rodzaje: cewkowe i rotacyjne. Ja mam maszynki cewkowe, łatwo mi się na nich pracuje, jednak czasem waga odznacza się przy większych wzorach. Nie mogę powiedzieć, które są lepsze, nigdy nie pracowałam maszynką rotacyjną. Maszynka zawsze powinna być dostosowana do tego, co chcemy tatuować. Inną maszynką robimy kontur, a inną wypełnienia i cienie. Kolejnym punktem są igły. W zależności od tego, co dokładnie robimy, wybieramy odpowiednią igłę.



Round liner RL- okrągła **igła** do konturu, Round Shader RS- okrągła **igła** do cieniowania oraz wypełniania, Turbo Round Liner TRL – okrągła **igła** do cieniowania oraz wypełniania, Magnum MG – płaska **igła** do cieniowania oraz wypełniania, Soft Edge Magnum SEM – płaska **igła** do cieniowania oraz wypełniania.

Teraz tusz. Zazwyczaj tatuaże robimy zwykłym, czarnym, jednak pod ręką mamy całą paletę kolorów

Każdy tatuażysta ma swój indywidualny styl pracy. Sztuka tatuażu to nie tylko jeżdżenie igłą po ciele, to precyzyjne wpuszczanie pod nią tuszu. Tatuaż łatwo „zepsuć”. Chwila nieuwagi, rozproszenia i możemy wyjechać za linię, wbić za mocno lub za lekko igłę. Skupienie i precyzja to podstawa.

Bardzo, ale to bardzo ważna jest również higiena i bhp. Każdy tatuażysta powinien dla każdego klienta mieć osobne igły. Dlaczego? A no dlatego, że tatuaż jest z początku zwykłą raną, a podczas dostawiania się pod skórę tuszu wypływa spod niej krew. Ważnym punktem higieny są rękawiczki, dezynfekowanie rany oraz odpowiednie dbanie o tatuaż. Z początku wykonywałam tatuaże na syntetycznej skórze, próbując nowych wzorów, bawiąc się kolorami i kształtami igieł. Teraz wykonuję je również na ludziach, oczywiście z zachowaniem wszystkich zasad i za zgodą. Każdy, kto chciał lub chce mieć tatuaż musi liczyć się z tym, że to coś, co zostaje z nami do końca życia.

Najczęstszym pytaniem jest „A czy to boli?” – trudno na nie odpowiedzieć, bo zależy to od kilku czynników. Pierwszym jest miejsce, w jakim jest on wykonywany. Najbardziej bołą tatuaże na kościach, jest nam najcieńsza skóra. Drugim jest próg bólu u danej osoby. Jednego będzie bolało to bardziej, innego mniej, a jeszcze innego wcale. Nie należy się jednak zrażać. Jak wiele razy słyszałam po wykonaniu tatuażu, najbardziej boli samo wkłucie, potem ból jest do wytrzymania, powoli się do niego przyzwyczaja.

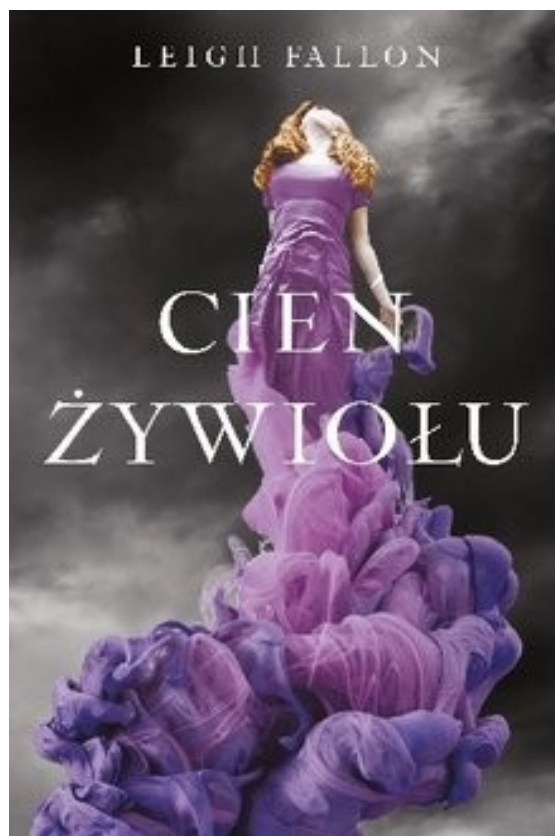
Tatuaże to coś, co mnie fascynuje i właśnie dlatego zdecydowałam się na naukę tej sztuki.

Karolina Janicka

Recenzja książki Leigh Fallon

„Cień Żywiołu”

„Cień Żywiołu” jest drugą w trylogii książką. Mimo, iż powieść ta nie wyróżnia się niczym nadzwyczajnym na rynku wydawniczym ma w sobie to coś, co sprawia, że czyta się ją jednym tchem. Niewątpliwie przyczynia się do tego ciekawa fabuła. Jest to książka idealna dla ludzi, którzy wiecznie chodzą z głową w chmurach, są marzycielami i lubią fantastykę, elementy magii i super mocy, które dla zwykłego człowieka mogłyby się wydawać niekoniecznie ciekawe. Powieściopisarka posługuje się stylem typowo młodzieżowym, lecz nie przeszkodzi on dorosłemu w odbiorze całej historii. Powieść czyta się lekko i z zacięciem. Leigh Fallon pomyślała na fabułę zaczerpnęła z mitologii celtyckiej, znów przenosi swoich czytelników na zielone irlandzkie łąki, gdzie splatają się ze sobą magia, los i prawdziwa miłość. W książce jest wiele odniesień do różnych źródeł jakimi są np. cudze wspomnienia czy stare książki i legendy dzięki temu mimo, że należy ona do gatunku fantasy nabiera realności poprzez, co jesteśmy w stanie czytając ją wyobrazić sobie realny świat z drobnymi różnicami jakimi są oczywiście wyjątkowe umiejętności bohaterów. Zatem, o czym jest powieść? Mówiąc w skrócie... Od wieków kolejni „Naznaczeni” przechowują moce czterech żywiołów: wody, ognia, ziemi i powietrza. Ich dzieje w znacznym stopniu okrywa tajemnica, ale jedno wiadomo na pewno: romans między dwojgiem „Naznaczonych” jest zakazany. Niekontrolowane połączenie żywiołów spowodowałoby na świat chaos i zniszczenie. Megan to powietrze, Adam – woda, oni są gotowi zaryzykować. Sami przeciwko innym ludziom, faktom oraz Zakonowi, który nie cofnie się przed niczym, by osiągnąć swój cel. Jakie będą skutki ich działań i czy dojdzie do połączenia żywiołów, które sprawi, że światu przestaną zagrażać niebezpieczeństwa związane z groźnymi zjawiskami pogodowymi? W tej części trylogii wydarzenia następują po



sobie znacznie szybciej niż w pierwszej części, nie stanowi to natomiast problemu dla odbiorcy, wszystko jest czytelne i zrozumiałe. Mimo, iż książka miejscami jest dość przewidywalna, posiada zaskakujące zwroty akcji, dzięki którym nie wydaje się monotonna.

Przeważa w niej wątek miłosny aczkolwiek nie jest dominujący. Zakończenie nie jest wcale oczywiste jak mogłoby się wydawać natomiast niepewność, co do tego, jakie będą dalsze losy bohaterów tylko podsyca ciekawość. Według mnie książka okazała się bardzo dobrą kontynuacją trylogii i bez wątpienia sięgnę po następny jej tom, w którym mam nadzieję zakocham się jeszcze bardziej.

Małgorzata Michalczyk

Kącik światowy

Yahoo! Cześć! Świat jest pełen różnych smaków wartych odkrycia, między innymi azjatyckich, aromatycznych potraw. Kombinacje kolorów, zapachów, ale przede wszystkim smaku zachwycają nie tylko mieszkańców Dalekiego Wschodu. W kraju Kwitnącej Wiśni ważne jest, by potrawa wyglądała estetycznie, zachęcająco i świeżo, dlatego też Japończycy od stuleci pozostają wierni swojej zasadzie: należy ograniczyć ingerencję człowieka do minimum i spożywać jedzenie w stanie jak najbardziej zbliżonym do naturalnego. Najlepiej smakują dania, które przygotujemy sami. Dlatego chciałabym wam przedstawić proste przepisy, które powinny wyjść każdemu. Skoro my nie możemy polecieć do Japonii, to Japonia przyleci do nas!

Jedną z wielu charakterystycznych cech kuchni japońskiej jest sezonowość. Japończycy sięgają po konkretne warzywa i owoce w tych porach roku, w których są one najsmaczniejsze. Jedną z prostszych potraw, którą w Japonii podaje się, jako dodatek do posiłków, a mowa tu o zupie miso. Miso, inaczej miso-shiru, to zupa na bazie bulionu dashi, z pastą sojową (miso) i dodatkami. I niech was nie przerażają te japońskie słówka – wszystkie produkty spokojnie można kupić np. w Kuchniach świata, czy, tak jak ja, w zwykłym azjatyckim sklepie spożywczym. To moja wersja tej zupy, dodatki można zamienić wedle uznania.



Do przygotowania naszej zupy będą potrzebne:

- - Bulion dashi (Ja zastąpiłam go zwykłym bulionem warzywnym, czyli kostką bulionową),
- - Pasta sojowa - na 400 ml bulionu ok. 2 łyżki stołowe pasty,
- - Ryba lub mięso, ja zazwyczaj robię miso ze zwykłym tuńczykiem z puszki i jest przepyszna,
- - Tofu,
- - Nori (wodorosty),
- - Cebula dymka (głównie chodzi o szczypior),
- - Ewentualnie sól, pieprz – z uwagi na to, że tuńczyk sam w sobie jest słony, do całości nie trzeba dawać soli.

Przygotowanie:

Na samym początku trzeba przygotować bulion. W moim przypadku było to zagotowanie wody i wrzucenie kostki bulionowej. Następnie dodajemy pastę sojową i mieszamy tak, by nie porobiły się z niej kluski. Potem dodajemy po kolei rybę lub mięso, pokrojone w kostkę tofu, a także pokrojony szczypior. Wodorosty, w zależności od tego, jakie mamy, kroimy na paski lub wrzucamy. Mieszamy, doprawiamy według uznania i voila! Zupa miso jest gotowa do podania. Dobrze smakuje sama lub np. z miską ryżu.

Itadakimasu! Smacznego!

A teraz pora na coś słodkiego i miękkiego, czyli kulki z ciasta ryżowego znane, jako dango. Dango – niewielkich rozmiarów kluski robione z mąki ryżowej i nabijane na szpadki po kilka sztuk. Najpopularniejsze rodzaje dango to

między innymi: *chichi-dango* (spożywane w formie deseru), *botchan-dango* (barwione kluseczki podawane w trzech kolorach), *goma-dango* (wzbogacone ziarnami sezamu), *hanami-dango* (spożywane jedynie w trakcie święta Hanami), *anko-dango* (podawane ze słodką pastą azuki).



Tradycyjnie dango podaje się ze słodkim sosem mitarashi, czyli połączeniem sosu sojowego z cukrem, octem ryżowym i mirin, japońskim, słodkim białym winem, używanym w kuchni. Można je jednak podawać na różne sposoby, dobrze smakują z rozpuszczoną czekoladą.

Do przygotowania naszych kluseczek potrzebujemy:

- Szklanki kleistej mąki ryżowej (Mąka musi być koniecznie kleista, inaczej nam nie wyjdzie. Ciężko kupić ją w jakimś sklepie stacjonarnym, jednak ja znalazłam ją w azjatyckim sklepie spożywczym przy ul. Bakalarskiej w Warszawie. Ostatecznie można także zmielić kleisty ryż w młynku do kawy)

- 1/3 szklanki wody.

Sos mitarashi:

- ½ szklanki wody,
- ¼ szklanki cukru,
- 2 łyżki sosu sojowego,

Humor

Biegnie facet za odjeżdżającym z peronu pociągiem, macha rękami, krzyczy... W końcu pociąg znika powoli w oddali, zdyszany facet ciężko opada na ławkę.

Podchodzi do niego kolejarz:

- Co, spóźnił się pan na pociąg?
- Nieee! wyganiałem go z dworca!

Nauczycielka przed wakacjami mówi uczniom:

- Życzę wam spokojnych, miłych wakacji i żebyście wrócili mniej głupszy i mądrzejsi, i żeby was spaliło słońeczko.
- Na wzajem- odpowiadają uczniowie.

- 1 łyżka mirinu (można pominąć lub zastąpić białym winem)
- 1 łyżeczka octu ryżowego,
- 1 płaska łyżeczka mąki ziemniaczanej

Przygotowanie:

Z mąki i wody robimy ciasto. Jeżeli nie jest dość plastyczne, można dodać odrobinę wody. Jego konsystencja powinna przypominać glinę. Z ciasta robimy kulki wielkości małego orzecha włoskiego i wrzucamy na gotującą się wodę. Mieszymy raz lub dwa, by nie przywarły do spodu garnka. Po około 5-10 minutach kluski powinny wypłynąć na powierzchnię wody, od tego momentu gotujemy jeszcze 3 minuty, po czym wkładamy na chwilę do miski z zimną wodą, by się nie przykleiły do siebie. Sos mitarashi zaczynamy od zagotowania wody, cukru, sosu sojowego, octu ryżowego i mirin. Kiedy cukier się rozpuści, mieszamy mąkę ziemniaczaną z odrobiną zimnej wody i dodajemy. Jeżeli wsypujemy mąkę od razu – zrobią się z niej grudki, które trudno będzie rozmieszać. Gotujemy przez chwilę, mieszając, aż sos się zagęści.

Kulki nabijamy po 3 sztuki na patyki do szaszłyków i polewamy sosem. Najlepiej smakują od razu po zrobieniu, potem zaczynają twardnieć

Itadakimasu! Smacznego!

Karolina Janicka



Wakacyjne przepisy



Czujecie ten lekki wiatr we włosach? Słonko na policzkach? Zapach wiosennej mżawki? Ja też nie. Ten koronawirus psuje całą radość z budzenia się natury! Wiele osób narzeka na nudę, a jeszcze więcej narzeka na zajęcia, które, mimo tego, że są, nie odpowiadają kryteriom, bo "teraz mi się nie chce tego robić". Ja jestem zdania, że jak się chce, to można robić wszystko, a jak się nie chce, to też można, tylko troszkę mniej niż wszystko. Dla chcących zabić nudę i lubiących słodkie przekąski podrzucam naprawdę łatwy przepis na **kokosanki**, które muszą udać się każdemu! Ja sama robiłam je po raz pierwszy, a już następnego dnia zostało ich mniej niż pięć.

SKŁADNIKI:

- 200 g wiórków kokosowych
- 2 białka
- 50 g masła
- 120 g cukru

Masło roztopiamy, dodajemy wiórki, mieszamy i odstawiamy do ostygnięcia.

Białka ubijamy na sztywno, po czym stopniowo dodajemy cukier. Kiedy masło ostygnie, dodajemy pianę i delikatnie mieszamy. Masę układamy na blasze wyłożonej papierem do pieczenia, formując pożądany kształt. Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180°C i pieczemy przez ok. 15 minut, do złocistego koloru. Smacznego!!



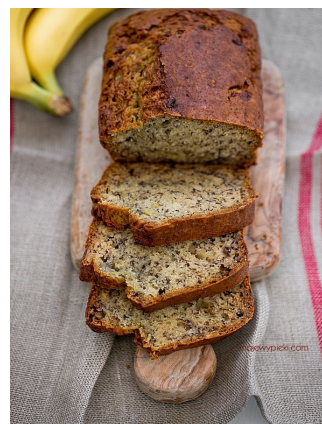
A dla szefów kuchni, podejmujących wyzwania kulinarne - poniżej kolejne dwa proste przepisy, które z pewnością są sposobem na nudę. Składniki możecie spokojnie zakupić w zwykłym spożywczaku na rogu, wyprawa do biedronki nie będzie konieczna :)

Chlebek bananowy - słodki chlebek, który podbił moje serce swoim niepowtarzalnym smakiem. Idealny do popołudniowej herbaty.

SKŁADNIKI:

- 125g masła
- 120 g cukru
- 2 jajka
- 2 łyżeczki cukru waniliowego
- 4 - 5 mocno dojrzałych bananów
- 300 g mąki pszennej
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- ½ łyżeczki cynamonu
- ¼ łyżeczki startej gałki muszkatołowej
- szczypta soli

Banany rozgnieść widelcem (można również zblendować na gładką masę). Mąkę wymieszać z sodą, solą, cynamonem i gałką muszkatołową. Odstawić na bok. Miękkie masło utrzeć z cukrem i cukrem waniliowym na jasną, puszystą masę. Dalej miksując na najwyższych obrotach, dodawać po kolei po jednym jajku. Następnie



www.mojewypieki.com

ubijać dalej przez 2 minuty. Szpatułką lub łyżką drewnianą wmieszać delikatne rozgniecione banany. Następnie wmieszać delikatnie przygotowaną mąkę. Na końcu wmieszać wybrane 2 lub 3 dodatki. Ciasto przełożyć do formy keksowej o długości 25cm, wysmarowanej masłem i posypanej mąką. Piec w nagrzanym piekarniku ok. 60 minut w temperaturze 185°C (grzałka góra- dół), do suchego patyczka. Ciasto pozostawić na 10 minut w formie, a następnie przełożyć na kratkę i pozostawić do całkowitego ostygnięcia. Smacznego!

Ostatnim już (i chyba najłatwiejszym) przepisem, będzie przepis na **ciasteczka owsiane**, które uwielbiają wszyscy.

SKŁADNIKI:

- 1,5 szklanki płatków owsianych
- Pół kostki miękkiego masła
- 4 łyżki cukru
- 2 jajka
- płaska łyżeczka proszku do pieczenia
- 2 czubate łyżki mąki pszennej



źródło: www.mojewypieki.com, <https://www.domowe-wypieki.pl/>

W misce mieszamy mąkę, proszek do pieczenia, cukier i płatki owsiane. Wbijamy jajka i dodajemy miękkie lub roztopione masło. Całość dobrze mieszamy. Masa powinna być bardzo gęsta.

Blaszkę wykładamy papierem do pieczenia i nabierając łyżką porcje wielkości orzecha włoskiego układamy je na papierze, spłaszczając (odstęp między ciastkami nie muszą być duże). Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180°C. Pieczemy 15 - 20 minut, do zarumienienia ciastek.

Smacznego!

Karolina Janicka

GAZETKA LXXXVI LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO W WARSZAWIE

Zespół redakcyjny: Weronika Czasak - kl. I f, Karolina Janicka kl. I a, Zuzanna Klassek – kl. I f, Agnieszka Oleksiak – kl. I i, Klaudia Tembowska-Surowiecka – kl. III a.

Opiekunowie ze strony grona pedagogicznego: mgr Urszula Karolewska, mgr Anna Szymczak, mgr Agnieszka Mosoń.

Znajdziecie nas również w zakładce

„Gazetka szkolna” na stronie naszej szkoły

www.zoska.waw.pl