

Actividad 3:

GRANIZADO DE MANDARINA

OBJETIVOS

- Desarrollar hábitos saludables
- Descubrir diferentes formas de tomar fruta

DURACIÓN

Entre 40 y 50 minutos aproximadamente

EDAD ADECUADA

Actividad orientada para niñ@s a partir de 8 años

MATERIAL

- Agua
- Azúcar
- Ralladura de mandarina
- 8 mandarinas
- 2 limones

DESARROLLO

Con el verano esperando a la vuelta de la esquina, no debemos descuidar nuestra alimentación, y debemos seguir ingiriendo frutas ya que nos proporcionan no solo vitaminas, sino que además son una gran fuente de hidratación.

Hoy, os voy a dejar una idea refrescante, para que podáis hacer un delicioso granizado de mandarina:

1. En un cazo, calienta medio litro de agua y una taza de azúcar, hasta que este se haya disuelto. Añade ralladura de mandarina y manténlo a fuego lento durante 5 minutos.
2. Mezcla el jarabe de azúcar obtenido con zumo de 8 mandarinas y de 2 limones.
3. Viértelo sobre una bandeja, fuente o plato y mételo en el congelador durante 30 minutos.
4. Sácalo y ráspalo con un tenedor o unas varillas de alambre. Repite la operación 2 o 3 veces más.
5. Por último, sácalo del congelador, déjalo reposar y sírvelo.



ESPERO QUE OS
GUSTE

