

Actividad:

RECETA I: Pizza de frutas y galletas saladas de zanahoria

OBJETIVOS

- Ayudar a cocinar en casa
- Crear un espacio de convivencia y socialización donde se ayuden mutuamente.
- Fomentar la autonomía personal
- Aprender conceptos básicos de preparación de alimentos

DURACIÓN

90 min aproximadamente

EDAD ADECUADA

4°, 5° y 6° de Primaria

MATERIAL

Pizza de frutas:

- ✓ 1 taza de azúcar blanco granulado.
- ✓ 3 cucharaditas de maicena.
- ✓ 1/8 de cucharadita de sal.
- ✓ 3/4 de taza de agua.
- ✓ 1 taza de zumo de naranja.
- ✓ 1/4 de taza de zumo de limón.
- ✓ 220 g. de queso crema.
- ✓ 1 cucharadita de vainilla.
- ✓ 1/2 taza de azúcar blanco granulado.
- ✓ Masa de galletas (galletas y mantequilla derretida)
- ✓ Pedazos de frutas diversas (piñas, kiwis, fresas, uvas, plátanos, etc.)

Galletas saladas de zanahoria

- ✓ 200 gr de zanahorias.
- ✓ 70 gr de queso rallado
- ✓ 4 cucharadas de harina
 - ✓ 2 huevos
 - ✓ sal

PIZZA DE FRUTAS

¡¡¡ TIENES QUE HACER LA RECETA CON ALGÚN ADULTO QUE ESTE EN CASA CONTIGO !!!

Mezclar los primeros 6 ingredientes para obtener una salsa de naranja. Ponla 1 minutos para luego dejarla enfriar.

Machacar galletas y mezclar con mantequilla derretida. Amasa, aplana y haz una masa redonda que tenga ½ cm de espesor. Colócalo después en una bandeja de horno previamente engrasada.

Ponlo al horno a unos 160- 170° C durante 8-10 min. Y déjala que enfríe.

Bate queso crema con la vainilla y la media taza de azúcar y unta la mezcla en la galleta. Coloca encima frutas troceadas y baña finalmente la pizza con la salsa de naranja.

Mete la pizza en nevera 3-4 horas antes de que quieras servirla.

A disfrutar de la pizza... ñaaaaam!!!



GALLETAS SALADAS DE ZANAHORIA

1. Raspa las zanahorias, lávalas y rállalas. Ponlas en un bol con medio vaso de agua, tápalo y cuece en el microondas durante 3 minutos.
2. Escúrelas y ponlas en un paño de cocina que no sea de rizo. Junta los extremos del paño y retuércelo para eliminar el exceso de líquido. Vuelve a poner la zanahoria en un bol, añade queso rallado, harina, un poco de sal y los huevos.
3. Precalienta el horno a 180°, coloca un cortapastas en forma de estrella en la placa del horno forrada con papel vegetal y rellénalo con un poco de masa preparada. Presiona los dedos para compactarla. Levanta el cortapastas con cuidado. Repite la operación formando estrellas hasta agotar la masa.
4. Por último, hornéalas diez o quince minutos, hasta que estén ligeramente doradas. Déjalas templar un poco sobre una rejilla antes de servir.

