

## LA MEVA RECEPTA



Aquestes setmanes a casa són una oportunitat per cuinar sense presses. Per això ens agradaria que ens expliquessis les receptes que estàs ajudant a preparar.

ÀMBIT  
LingüísticCicle  
Mitjà  
EDUCACIÓ  
PRIMÀRIA

## QUÈ NECESSITO?

- ★ Els ingredients de la recepta.
- ★ Els estris de cuina que et facin falta.
- ★ Forn, microones o fogons, segons com sigui la recepta.
- ★ Un full per escriure la recepta.
- ★ Llapis, goma, retoladors i colors.

## COM HO PUC FER?

Utilitza la graella que et donem a continuació. T'ajudarà a endreçar tota la informació que necessites per escriure la recepta.

## PUC CONSULTAR

Per ajudar-te a escriure la recepta et proposem que facis servir el vocabulari que trobaràs a la pàgina 3. Veuràs que hi ha 3 columnes diferents. A la primera trobaràs paraules que t'ajudaran a lligar unes frases amb unes altres. A la segona hi ha un llistat de les accions que fem quan estem cuinant, i a la tercera els estris o eines de cuina que fem servir.

Potser hi trobes a faltar alguna cosa. Si és així, la pots afegir al final de la columna.

Pots incorporar la proposta visual i plàstica del xef japonès, Itsuo Kobayashi. També pots consultar IcAT : Fem un dietari gastronòmic (Dimas Fàbregas) minut 3'38''  
<https://www.ccma.cat/catràdio/alacarta/icat-a-casa/educar-a-casa-4-fem-un-dietari-gastronomic/audio/1067477/>

## COMPROVO SI

- He posat el nom de la recepta.
- He escrit tots els ingredients que necessito.
- He anotat els estris que he utilitzat.
- He escrit els passos en ordre.
- A l'escrit apareix la temperatura del forn i el temps que necessita de cocció.
- He fet un dibuix o he enganxat una foto.
- He fet servir les llistes de vocabulari.
- He utilitzat el diccionari quan alguna paraula no la conec.

## QUÈ N'OBTINDRÉ

La recepta ens permetrà treballar el text instructiu.

## COM HO COMPARTIRÉ

Aquesta recepta l'hauràs d'enviar a la teva tutora. Pots fer una foto o un vídeo de menys d'1 minut del plat o les postres i envia-la també.

Si l'has fet a mà, envia una foto amb el mòbil a l'adreça de la teva tutora. Si l'has fet a l'ordinador o a la tauleta, envia el document a l'adreça de la teva tutora.

**3rA:** [emarti20@escolapaucasalsrubi.cat](mailto:emarti20@escolapaucasalsrubi.cat)

**3rB:** [lsebast2@escolapaucasalsrubi.cat](mailto:lsebast2@escolapaucasalsrubi.cat)

**4tA:** [mmengib2@escolapaucasalsrubi.cat](mailto:mmengib2@escolapaucasalsrubi.cat)

**4tB:** [sborrel3@escolapaucasalsrubi.cat](mailto:sborrel3@escolapaucasalsrubi.cat)

## DADES DE LA RECEPTA

Nom de la recepta:

Estris necessaris:

Ingredients:

Com es fa:

Temperatura del forn (si cal):

Temps de cocció:

Dibuix o fotografia:

## Et pot ajudar a escriure la recepta

Connectors	Accions	Estris
Primer	Remenar	Cullera de fusta
Per començar	Tallar	Bol o pot
Després	Pelar	Corró
Tot seguit	Coure	Ganivet
Mentrestant	Ratllar	Ratllador
Mentre	Batre	Cassola
Immediatament	Bullir	Paella
A la vegada que	Abocar	Batedora
Alhora que	Barrejar	Forquilla
Quan Llavors	Enfornar	Forn
També	Rentar	Microones
Per últim	Recollir	Motlle
Finalment	Escampar	Flamera
Per acabar	Amanir	Plat
...	Tapar	Safata
	Esprémer	Espremedor
	...	Olla
		Colador
		...