

Mengem aliments de proximitat...

Els aliments que es cultiven a l'hort son molt bons per a la nostra salut i per això se'ns anima a incloure'ls a la nostra dieta. Us volem presentar diferents plats realitzats amb fulles d'espínacs que varem plantar i ja han crescut.













Les fulles d'espínacs, fins i tot es poden menjar crues.



Ara ja tornem per a elaborar amb els espinacs la nostra recepta.







Ens les emportarem a casa i farem la recepta omplint la fitxa per a què ens les puguem intercanviar i que provem els plats que han fet els nostres companys/es.



Primer, s'han de netejar molt bé per treure restes de terra, i ja podem començar. A continuació, hem fet un petit recull de receptes que hem fet a casa i que ens han agradat molt.

PAUTES PER PLANIFICAR EL TEXT

RECEPTA DE CUINA

- 1.- Què farem?
- 2.- Què necessitem?
- 3.- Com ho hem de fer?

-
- 1.- Consultar receptes semblants.
 - 2.- Posar el títol.
 - 3.- Escriure la llista d'ingredients
 - 4.- Escriure els estris que necessitem.
 - 5.- Escriure totes les ordres de preparació.
 - 6.- Decorar amb un dibuix.
 - 7.- Escriure amb bona lletra.
 - 8.- Fer una bona presentació.
 - 9.- Posar tots els signes de puntuació.

NOM:

DATA:

ESCRIU LA RECEPTE D'UN PLAT QUE T'AGRADI FET AMB ESPINACS

INGREDIENTS:

ELABORACIÓ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

