



Scuola dell'infanzia/primo ciclo elementare

Nome:

Laghetto di yogurt



Compito 1

Prova a preparare questa ricetta.

Laghetto di yogurt

per 4 bambini

500 g di yogurt nature
3 – 4 cucchiaini di sciroppo ai fiori di sambuco
250 g di bacche miste (ad es. more, mirtilli e lamponi)

Preparazione

- 1 Aggiungi allo yogurt lo sciroppo ai fiori di sambuco e la metà delle bacche. Versa lo yogurt così profumato in 4 coppette.
- 2 Spargi le bacche restanti sui laghetti di yogurt.

Variante

Se non è stagione di bacche, utilizza 250 g di bacche surgelate e scongelate o 250 g di frutta di stagione tagliata a pezzetti.

Compito 2

Componi un «mosaico commestibile» su un piatto. Ecco come fare:

- 1 Con l'aiuto di un adulto, affetta un po' di frutta e verdura a forma di bastoncini, cerchietti e pezzettini.
- 2 Con questi elementi componi un mosaico. Ad esempio una casetta con il sole.
- 3 Per fare il prato puoi utilizzare prezzemolo o erba cipollina.
- 4 Con una cucchiata di yogurt puoi fare una nuvola.

La regola

Per ossa forti: latte o latticini
3 volte al giorno!

Suggerimento

Disegna prima l'immagine su un foglio, con le matite colorate. Poi sarà più facile comporre il mosaico nel piatto.

