

RICETTE SALATE



SALATINI - P. 10



BRIOCHE SALATE - P. 16



SFORMATINI - P. 22



FRITTATINE - P. 28



BISCOTTI SALATI - P. 34



TORTINE SALATE - P. 40



RICCIO - P. 46



CUBETTI DI TORTA - P. 52



GIRELLE - P. 58

SOMMARIO

- INTRODUZIONE - P.5
- COME PROCEDERE - P.6
- CONSIGLI E SUGGERIMENTI - P.7
- GLI INGREDIENTI - P.8
- L'ESPERIENZA DI GIULIA - P.9

RICETTE DOLCI

COME PROCEDERE

Per eseguire le ricette non serve la bilancia, si utilizzeranno soltanto un vasetto vuoto di yogurt e un cucchiaino da minestra.



VASETTO DI YOGURT DA 125 G



CUCCHIAIO DA MINESTRA

PREPARARE LE RICETTE È SEMPLICE PER I BAMBINI!

TRAVASO



IL BAMBINO UTILizzerà UN **CUCCHIAIO DA MINESTRA PER RIEMPIRE IL VASETTO**. QUESTA ATTIVITÀ DI TRAVASO, FONDAMENTALE NELL'INSEGNAMENTO MONTESSORI E MOLTO APPREZZATA DAI BAMBINI, LI AIUTERÀ NELLO SVILUPPO DELLA COORDINAZIONE OCULO-MANUALE E DELLA CAPACITÀ DI CONCENTRAZIONE.

SEQUENZA LINEARE



L'ESECUZIONE DELLE RICETTE È SEMPRE LINEARE: IL BAMBINO DEVE AGGIUNGERE IN MANIERA SEQUENZIALE GLI INGREDIENTI NELL'ORDINE IN CUI VENGONO PRESENTATI E **AMALGAMARLI DOPO OGNI AGGIUNTA** CON LA FRUSTA, O CON IL CUCCHIAIO IN CASO DI PREPARAZIONI DI CONSISTENZA PIÙ DURA.

CONSIGLI E SUGGERIMENTI

Come aiutare i piccoli cuochi nella realizzazione delle loro delizie



PIANO DI LAVORO

Preparate un piano di lavoro in ordine e a misura di bambino con:

- tovaglia di plastica lavabile
- un vassoio su cui disporre i barattoli e gli altri ingredienti necessari
- gli strumenti che serviranno per eseguire la ricetta adatti alle loro piccole mani.



DOSARE

I bambini avranno la tendenza a riempire molto il cucchiaino con gli ingredienti solidi e raso con gli ingredienti liquidi. Non preoccupatevi! Piccole discrepanze sul riempimento di vasetti o cucchiaini non comprometteranno la buona riuscita della ricetta.



MESCOLARE

Fate mescolare al bambino gli ingredienti con la frusta o con il cucchiaino (per le preparazioni salate) dopo l'aggiunta di ogni vasetto o cucchiaino e aiutatelo, se necessario, quando l'impasto diventa più duro.

I TEMPI DI COTTURA SONO INDICATIVI



Regolatevi in base al vostro forno e alla dimensione delle teglie



CUOCERE

Occupatevi sempre voi adulti delle cotture, siano esse al forno o sui fornelli, per garantire l'assoluta sicurezza in queste fasi delicate. Nel caso di passaggi da effettuare su preparazioni calde assicuratevi che si siano raffreddate a sufficienza.



SALARE

Per le ricette salate è riportata una quantità indicativa di sale facendo riferimento a un pizzico come unità di misura. Si consiglia di far vedere in anticipo ai bambini come prendere un pizzico e di aiutarli soprattutto per le prime preparazioni.



ATTENZIONE

Prestate particolare attenzione alle fasi in cui è richiesto l'uso del coltello. In base all'età, occupatevi voi adulti di questa operazione e preferite coltellini con la punta arrotondata adatti per i più piccoli.

Sformatini di zucchine



INGREDIENTI PER 9 sformatini

2



1



1



2



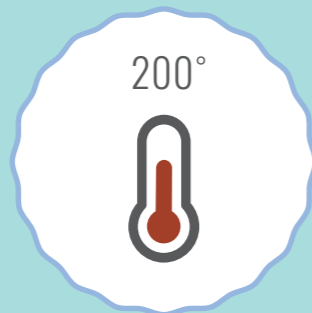
1







PER FARE UN UNICO SFORMATO PIÙ GRANDE POTETE UTILIZZARE UNO STAMPO O TEGLIA CHE AVETE IN CASA. LE ZUCCHINE SI POSSONO INOLTRE PASSARE PRIMA BREVEMENTE IN PADELLA O SOSTITUIRE CON VERDURE COTTE DI STAGIONE.



PER RENDERE ANCORA PIÙ GUSTOSI GLI SFORMATINI POTETE AGGIUNGERE DEI CUBETTI DI PROSCIUTTO COTTO E ANCHE DI FORMAGGIO A VOSTRO PIACIMENTO.