

PROGRAMACIÓ TALLER DE CUINA		
OBJECTIUS		
• Adquirir hàbits d'alimentació saludable. • Elaborar receptes senzilles. • Crear receptes tradicionals en funció de l'època de l'any. • Experimentar, manipular i provar noves textures. • Posar l'infant en contacte amb productes diversos. • Millorar el grau d'atenció davant les consignes de l'adult. • Treballar els continguts i processos matemàtics en situacions quotidianes, reals i significatives (pes, quantitat, proporcions...) • Millorar el llenguatge a través de reptes i conceptes nous per ells. • Fomentar la psicomotricitat fina (tallar fruita, entre d'altres). • Assolir hàbits de neteja abans i després del taller de cuina. • Augmentar la col·laboració i el treball en grup. • Augmentar la satisfacció per la feina ben feta. • Millorar l'autocontrol i l'autoestima. • Plasmar en un full la seqüència realitzada de la recepta fomentant l'escriptura.		
SESSIÓ	INGREDIENTS I MATERIALS	PROCÉS
1. Pinchos de fruita	- Plàtans, pera, raïm, magrana. - Pals / Pinxos - Coberts - Plats	- Presentació activitat, ingredients i materials. - Tallar les fruites a daus o rodanxes. - Anar posant cada tros de fruita al pal. - I bon profit!
2. Panellets	- Patata bullida - Farina d'ametlla - 1 Llimona - Sucre glas	Començem presentant la recepta i mirem i pesem tots els ingredients.

	Decoració: - Cacao en pols - Coco en pols - Fideus de xocolata	Seguidament posem la patata en un bol, després la farina d'ametlla, el sucre i la ralladura d'una llimona i ho barregem tot bé. Una vegada tinguem la massa ben compacta hem d'anar fent boletes per fer els diferents panellets i els hem de passar per sobre dels ingredients de decoració, fins a tenir-los tots.
3.		

Recepta biquini:

Ingredients i materials:

- Pa de motlle.
- Tomàquet de sucra pa
- Pernil dolç.
- Formatge
- Mantega (opcional)
- Coberts
- Plats

Procés:

- Presentació activitat, ingredients i materials.
- Agafar dos pa de motlle i posar el tomàquet o la mantega a la base.
- Afegir el pernil dolç i el formatge.
- Bon profit!

Recepta turró:

Ingredients i materials:

- Arròs inflat.
- Xocolata blanca.
- Xocolata negra.

- Coberts.
- Motlle
- Bols

Procés:

- Presentació activitats, ingredients i materials.
- Primer obrim la xocolata.
- Trenquem la xocolata en trossets petits i ho posem en un bol.
- Posem el bol amb la xocolata al microones per desfer-la.
- Posem la meitat de la xocolata al motlle i l'arròs inflat per sobre.
- Acabem afegint la xocolata que queda per sobre.
- El posem al congelador perquè es refredi.
- I bon profit!

Galetes de xocolata i plàtan:

Ingredients i materials:

- 3 Plàtans
- Civada
- Cacao en pols sense sucre afegit.
- Bol
- Coberts
- Plats

Procés:

- Presentació activitat, ingredients i materials.
- Pelem els plàtans i els xafem amb una forquilla fins que quedi una crema semilíquida.
- Afegim el cacao en pols i la civada.
- Barregem tots els ingredients fins a aconseguir una massa uniforme.
- Donem forma a les nostres galetes amb motlles, fent boletes o aixafant-les.
- Les posem a la nevera.
- I bon profit!

Crema de llimona

Ingredients i materials:

350 grams de llet condensada
3 o 4 iogurts de llimona

suc d'1 o 2 llimones

Exprimidor manual

Plats

Coberts

Bol

Procés:

- Presentació activitat, ingredients i materials.
- Començem exprimint les llimones.
- Afegim els altres ingredients i barregem.
- Posem la barreja en gots individuals i la deixem reposar a la nevera.
- I bon profit!

Crema de plàtan

Ingredients i materials:

- Plàtans madurs
- El suc de dues llimones
- 2 o 3 cullerades de sucre (opcional)
- Fideus de xocolata o boletes de colors per decorar per sobre (opcional).
- Bol
- Coberts
- Plats
- Picadora
- Exprimidora manual

Procés:

- Presentació activitat, ingredients i materials.
- Començem pelant els plàtans i els tallem.
- Posem els plàtan a la picadora i afegim el suc de dues llimones.
- Afegim també dues o tres cullerades de sucre.
- I ho triturem tot fins que quedi una crema suau.
- Ho posem en un bol o en una copa i tirem per sobre fideus de xocolata o boletes de colors.
- Si els plàtans estaven a la nevera, ja crema ja estarà fresca, però si no, cal posar-ho a la nevera dues hores.
- I bon profit!

Mousse de plàtan

Ingredients i materials:

- Plàtans

- Nata
- Sucre
- Una mica de suc de llimona
- Galetes per acompanyar (opcional)
- Bols
- Coberts
- Plats

Procés:

- Presentació activitat, ingredients i materials.
 - Començem triturant els plàtans.
 - Barregem els plàtans amb la nata, el sucre i el suc de llimona.
 - Quan estigui tot ben barrejat ho deixem a la nevera unes hores perquè es refredi.
- Acompanyem amb les galetes (opcional).
- I bon profit!

Batut de plàtan i ametlles

Ingredients i materials:

- Plàtan
- Gelat de vainilla o nata
- Sucre
- Ametlles
- Bols
- Picadora
- Coberts
- Gots per posar el batut

Procés:

- Presentació activitat, ingredients i materials.
- Aixafem els plàtans.
- Triturem les ametlles.
- Barregem els plàtans i les ametlles triturades.
- Afegim el sucre i el gelat o la nata.
- Ho deixem una estona a la nevera unes hores.
- I bon profit!

Batut de plàtan i maduixa

Ingredients i materials:

- Plàtans
- Maduixes
- Llet
- Sucre (opcional)
- Bols
- Picadora
- Coberts
- Plats

Procés:

- Presentació activitat, ingredients i materials.
- Tallem les maduixes i els plàtans en trossos petits.
- Els posem a la picadora amb els altres ingredients.
- I quan ho tinguem ho deixem a la nevera unes hores.
- I bon profit!

Batut de síndria

Entrepà vegetal