



COPA DE POSTRES

INGREDIENTS:

MADUIXES O PRÉSSEC EN ALMÍVAR

IOGURT NATURAL

GALETES "MARIA"

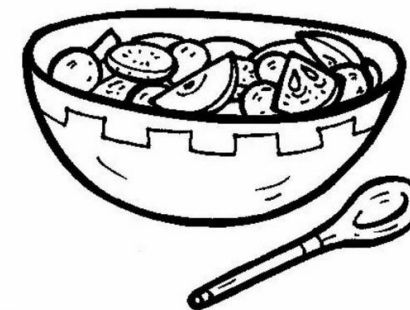
FIDEUS DE XOCOLATA (OPCIONAL)

PREPARACIÓ:

EN UN GOT O COPA GRANS POSAREM LA FRUITA TALLADA.

AL DAMUNT, HI ABOCAREM UNA MICA DE IOGURT, DESPRÉS LA GALETA A TROSSETS. FAREM UNA ALTRA CAPA DE FRUITES I IOGURT I PER ACABAR I SI VOLEM, PODEM POSAR-HI UNS FIDEUS DE XOCOLATA.

I, A MENJAR!!





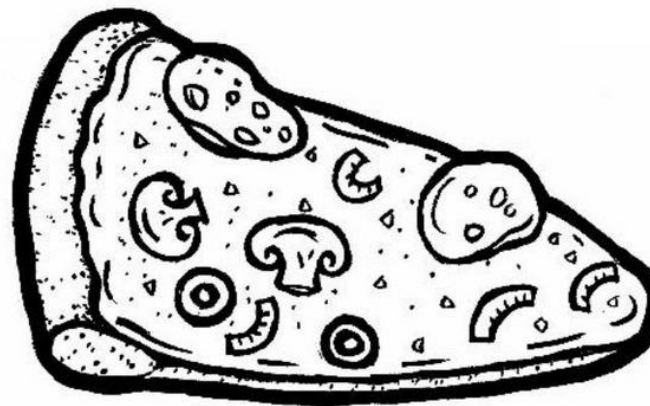
PIZZA FREDA

INGREDIENTS:

UNA LLESCA DE PA DE MOTLLE
FORMATGE RATLLAT
TOMÀQUET FREGIT
TONYINA
PERNIL DOLÇ
OLIVES

ELABORACIÓ:

POSA LA Salsa DE TOMÀQUET SOBRE LA
LLESCA DE PA.
TIRA UNA MICA DE FORMATGE AL DAMUNT.
POSA LA TONYINA, EL PERNIL DOLÇ I LES
OLIVES.



I BON PROFIT!!





PALLASSOS DIVERTITS

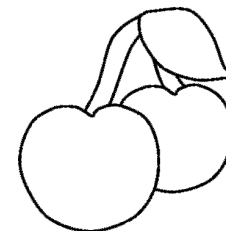
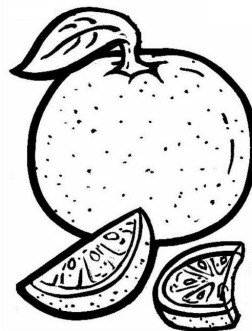
INGREDIENTS:

1 RODANXA DE PINYA EN ALMÍVAR

1 MANDARINA

CIRERES CONFITADES

1 CUCURUTXO DE GELAT



PREPARACIÓ:

POSEM LA RODANXA DE PINYA EN UN PLAT.
PELEM LA MANDARINA (VIGILA NO TRENCA-
LA!) I LA COL·LOQUEM EN MIG DE LA PINYA.
AMB LES CIRERES CONFITADES FEM LA CARA
DEL PALLASSO.

PER ACABAR, COL·LOQUEM DAMUNT LA
MANDARINA EL CUCURUTXO DE GALETA,
QUE FARÀ DE BARRET.



AIXÍ, QUÈ DIVERTIT ÉS CUINAR!!



PASTISSET DE DÒMINO

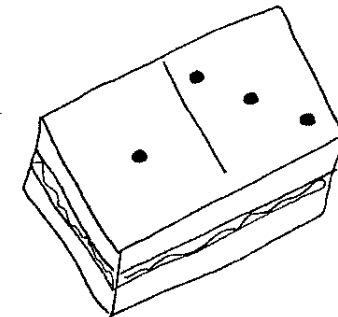
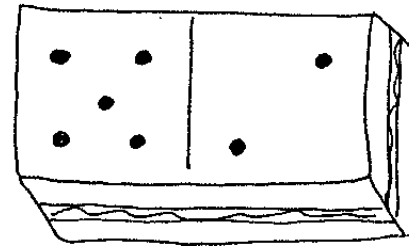
INGREDIENTS:

DUES LLESQUES DE PA DE MOTLLE
CREMA DE CACAU

PREPARACIÓ:

UNTAR UNA LLESCA DE PA AMB CREMA DE CACAU I POSAR-LA SOBRE L'ALTRA.
TALLEM LES CROSTES DEL PA I EL TALLEM EN DOS RECTANGLES.
A SOBRE DE CADA TROS LI FEM EL DIBUIX D'UN PEÇA DE DÒMINO.

I... BON PROFIT!!!



ENTREPÀ FRED

INGREDIENTS:

1 LLESCA DE PA DE PAGÈS

1 TOMÀQUET MADUR

EMBOTIT O FORMATGE

SAL I OLI

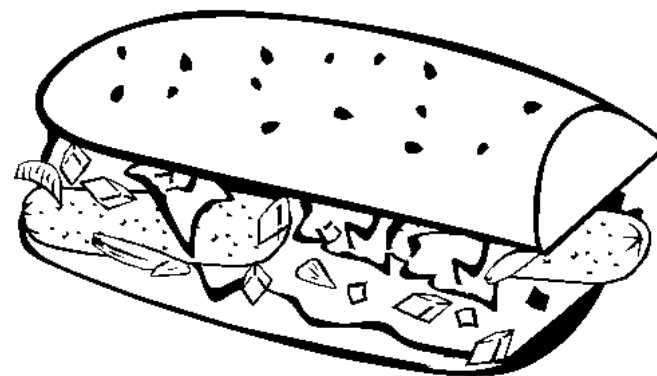
PREPARACIÓ:

PARTIM EL TOMÀQUET PER LA MEITAT I UNTEM EL PA.

LI TIREM UNA MICA DE SAL I UN RAJOLÍ D'OLI.

POSEM A SOBRE UNA MICA D'EMBOTIT (PERNIL, CATALANA, BOTIFARRA) O FORMATGE.

I QUE US VINGUI MOLT DE GUST!!!





BROQUETES DE FRUITA

INGREDIENTS:

PRÉSSEC EN ALMÍVAR

PINYA EN ALMÍVAR

KIWI

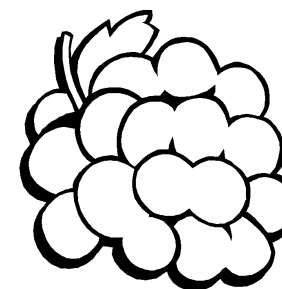
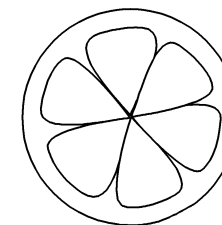
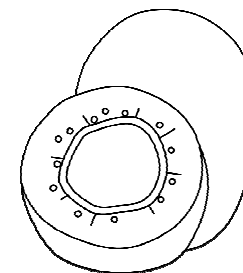
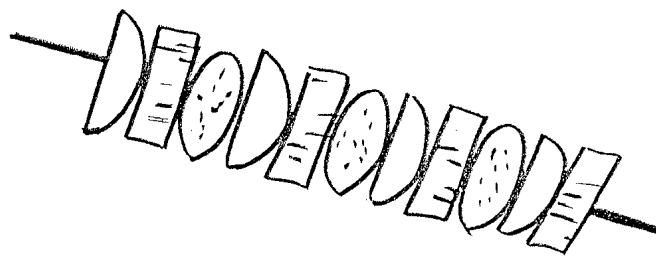
TARONJA

PREPARACIÓ:

ES TALLEN TOTES LES FRUITES EN QUADRATS (NO GAIRE PETITS).

ES VAN ENFILANT, DE MANERA ALTERNADA, ALS PALS DE FUSTA: PINYA, PRÉSSEC, KIWI, TARONJA, PINYA, ... I AIXÍ SUCCESSIVAMENT FINS A OMLIR TOTES LES BROQUETES.

QUINS COLORINS!!! US AGRADA???



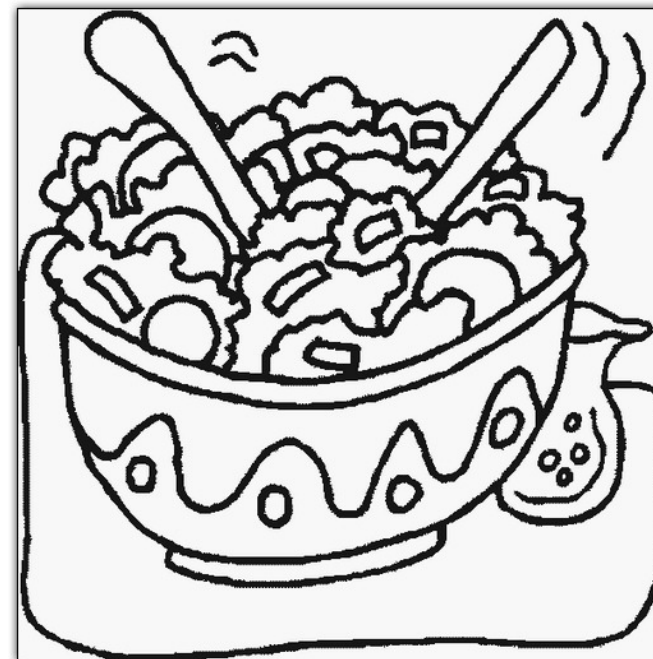
AMANIDA CATALANA

INGREDIENTS:

ENCIAM, PASTANAGA
TONYINA
XORIÇO
OLIVES
TOMÀQUET
OLI, VINAGRE I SAL

PREPARACIÓ:

TALLEM L'ENCIAM, QUE JA ESTÀ NET, I EL
POSEM EN UN PLAT..
PELEM LES PASTANAGUES I LES TALLEM A
TROSSETS.
HI AFEGIM LA TONYINA, EL XORIÇO I EL
TOMÀQUET, TALLATS A DAUETS.
TIREM LES OLIVES PER SOBRE I AMANIM
AMB OLI, SAL I VINAGRE.



UUUMMM!! A MENJAR!!!



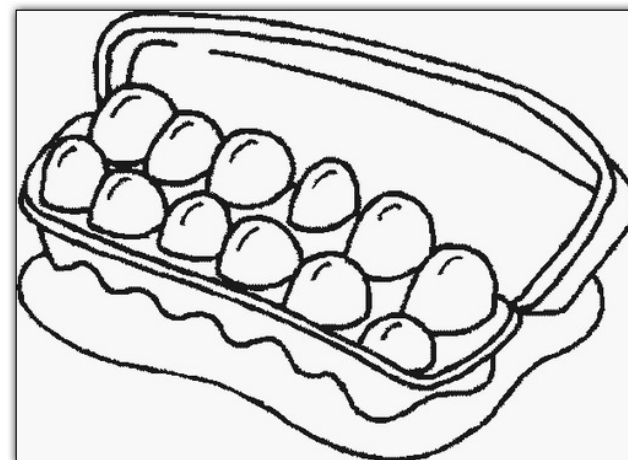
OUS FARCITS

INGREDIENTS:

UN OU
TONYINA
OLIVES
TOMÀQUET
SAL

PREPARACIÓ:

BULLIM L'OU, A LA CASSOLA, AMB AIGUA.
QUAN ES REFREDI, LI TRAIEM LA CLOSCA I
EL PARTIM PER LA MEITAT.
LI TRAIEM EL ROVELL I EL BARREGEM AMB
LA TONYINA.
OMPLIM EL FORAT DE L'OU AMB LA BARREJA
I LI CLAVEM UNA OLIVA PUNXADA AMB
L'ESCURADENTS





MAGDALENES NEVADES

INGREDIENTS:

MAGDALENES
CREMA DE XOCOLATA
"VIRUTES" DE SUCRE, DE COLORS
DIFERENTS

PREPARACIÓ:

ESCAMPA LA CREMA DE XOCOLATA DAMUNT
LES MAGDALENES, AMB UNA CULLERA.
POSA LES "VIRUTES" DE XOCOLATA SOBRE
LA CREMA I, SEGUIDAMENT, COL·LOCA LES
MAGDALENES AL CONGELADOR,
APROXIMADAMENT DURANT 5 MINUTS.





CAROTES

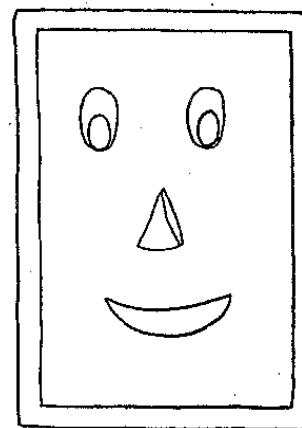
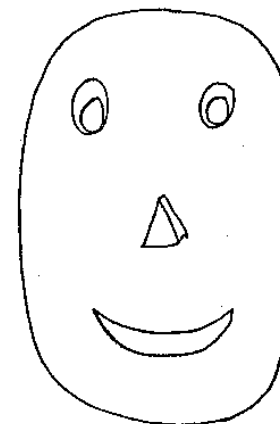
INGREDIENTS:

PA DE MOTLLE, FORMATGE I "NOCILLA", PER DIBUIXAR LA CARA.

OLIVES I RAÏM PER FER ELS ULLS.

EL NAS, AMB UN TROSSET DE PERNIL O FRUITA.

LA BOCA AMB TOMÀQUET, UNA PATATA XIP, UN GRILL DE MANDARINA O UN TROS DE PINYA.



SÓN MOLT DIVERTIDES, OI????



CERCLES MÀGICS

INGREDIENTS:

6 LLESQUES DE PA DE MOTLLE

2 POMES

1 SALSITXA GROSSA

MANTEGA

PREPARACIÓ:

PELA LES POMES, TREU-NE EL COR I TALLA-LES A RODANXES.

EN UNA PAELLA, POSA-HI UNA MICA DE MANTEGA I OFEGA-HI LES RODANXES DE POMA A FOC SUAU.

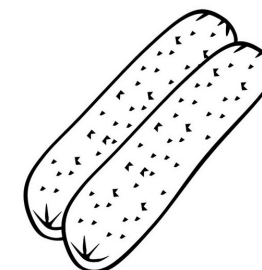
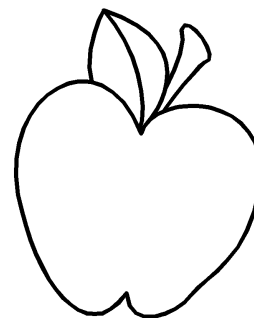
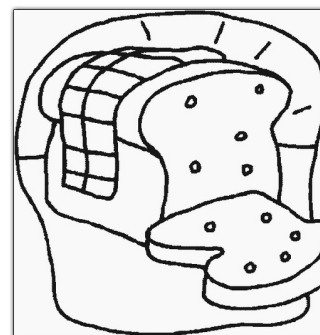
TALLA LA SALSITXA A RODANXES I FREGEIX-LES EN UNA PAELLA SENSE AFEGIR-HI GENS DE GREIX.

AMB L'AJUDA D'UN GOT, TALLA LES LLESQUES DE PA EN FORMA DE DISCOS.

POSA-LES A LA TORRADORA.

COL·LOCA SOBRE CADA TORRADA UNA

RODANXA DE POMA I UN TROS DE SALSITXA.
SERVEIX-HO CALENT I ... QUE VINGUI DE GUST!!!!





MACEDÒNIA

INGREDIENTS:

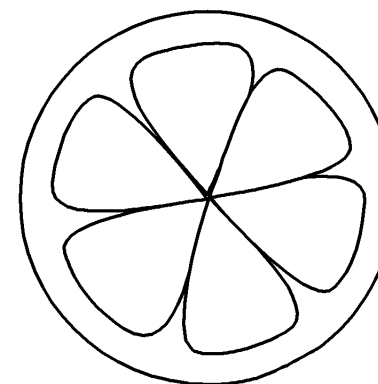
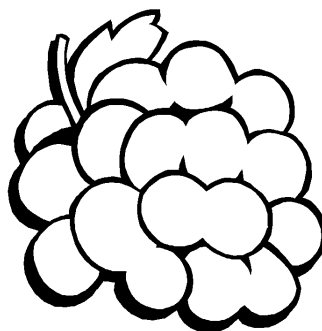
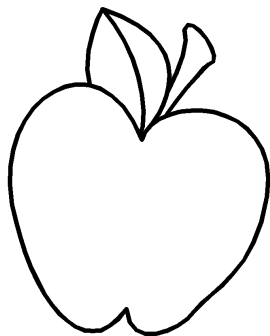
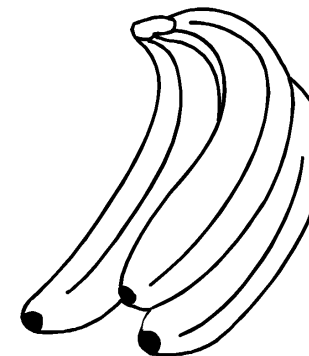
PRÉSSEC, RAÏM, PLÀTAN, POMA, TARONJA.

PREPARACIÓ:

PELAR I TALLAR A TROSSETS TOTA LA FRUITA.

AMB LA TARONJA, FAREM UN SUC.

BARREJAREM LA FRUITA, EL SUC I UNA MICA DE SUCRE I... JA ESTÀ!!





AMANIDA DE PASTA

INGREDIENTS:

PASTA DE COLORS
TOMÀQUETS "CHERRY"
BLAT DE MORO
OLIVES
SAL I OLI

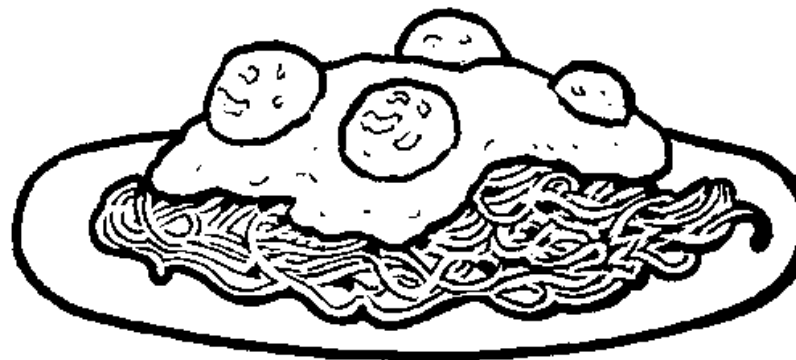
PREPARACIÓ:

BULLIM LA PASTA DE COLORS I LA POSEM EN UN BOL.

HI AFEGIM EL BLAT DE MORO, ELS TOMÀQUETS "CHERRY" I LES OLIVES.

AQUESTS DOS INGREDIENTS, SI ES PREFEREIX, ES PODEN TALLAR PER LA MEITAT, AMB L'AJUDA D'UN ADULT.

FINALMENT, S'AMANEIX AMB SAL I OLI I **LLESTA PER MENJAR!!**





COMPTE AMB ELS SENYALS!! PERILL, SEMÀFOR!!

INGREDIENTS:

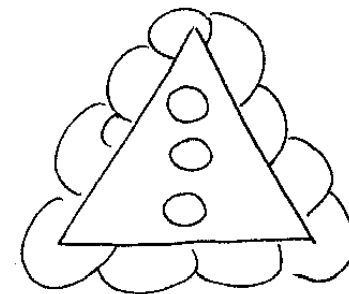
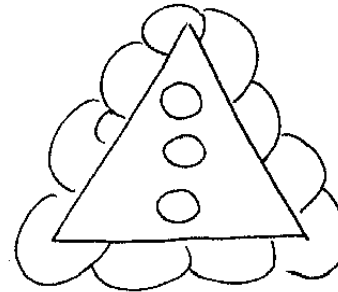
PA DE MOTLLE
XORIÇO, FORMATGE
TOMÀQUET, OLIVES
KETCHUP I MOSTASSA

PREPARACIÓ:

POSEM EL XORIÇO O EL TOMÀQUET EN UN PLAT.

TALLEM EL PA DE MOTLLE EN FORMA DE TRIANGLE.

TALLEM EL FORMATGE EN FORMA DE TRIANGLE I POSAR-LO SOBRE EL PA.
PER FER ELS COLORS DEL SEMÀFOR,
UTILITZAREM EL KETCHUP, LA MOSTASSA I L'OLIVA.





COMPTE AMB ELS SENYALS!! PROHIBIT PASSAR!

INGREDIENTS:

PA DE MOTLLE

XORIÇO

FORMATGE

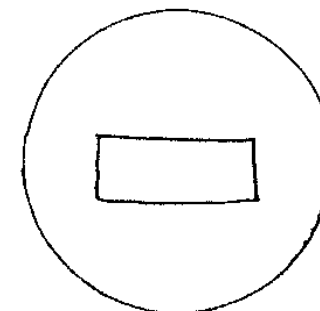
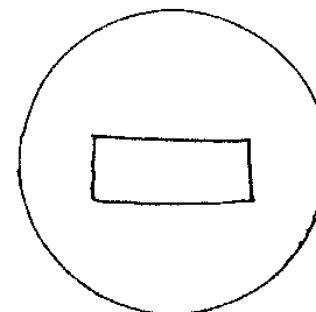
TOMÀQUET

PREPARACIÓ:

TALLEM EL PA DE MOTLLE EN FORMA DE CERCLE.

A SOBRE LI POSEM RODANXES DE XORIÇO O DE TOMÀQUET.

TALLEM UN TROS DE FORMATGE EN FORMA DE RECTANGLE. HO POSEM A SOBRE DEL PA.



PASTÍS DE GALETES I XOCOLATA

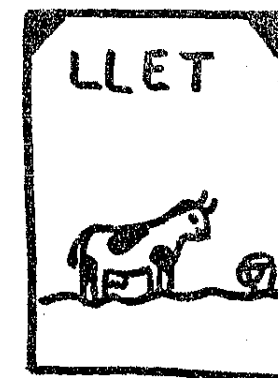
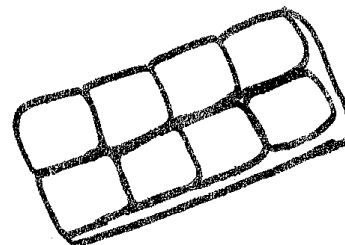
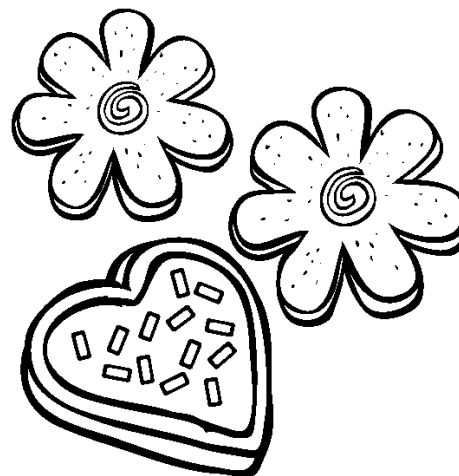
INGREDIENTS:

GALETES TIPUS "MARIA"
UNA MICA DE LLET
XOCOLATA DESFETA
PLÀTAN I TARONJA

PREPARACIÓ:

SUCAREM, DURANT MOLT POQUETA ESTONA,
LES GALETES EN LLET I ANIREM FENT CAPES:
UNA DE GALETES, UNA DE XOCOLATA, UNA
ALTRA DE GALETES, UNA DE PLÀTAN
AIXAFAT AMB SUC DE TARONJA... I SEGUIR
AIXÍ FINS ACABAR AMB UNA CAPA DE
XOCOLATA.
GUARNIREM EL PASTÍS AMB SUCRE,
TROSSETS DE PLÀTAN...

UMMMM... BONÍSSIM!!!



CANAPÈS

INGREDIENTS:

PA DE MOTLLE

MANTEGA

FOIE-GRAS

FUET

PERNIL DOLÇ

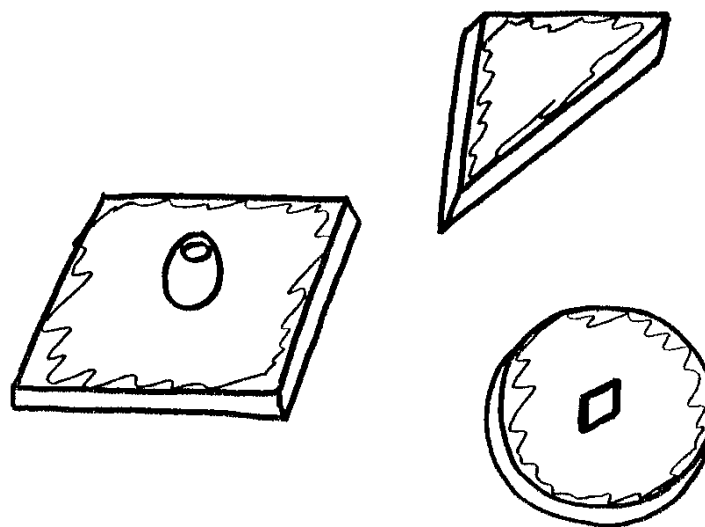
OLIVES

I D'ALTRES QUE VOLGUEM

PREPARACIÓ:

TALLAREM EL PA DE MOTLLE EN DIFERENTS FORMES I LES ANIREM UNTANT AMB MANTEGA O FOIE-GRAS. A SOBRE LI POSAREM TALLS DE: FUET, PERNIL DOLÇ, OLIVES, FORMATGE, ... OLA COMBINACIÓ QUE MÉS ENS AGRADI!!

BON PROFIT!!



Ajuntament de Mataró



Fem salut, mengem bé!

servei
educatiu
de mataró



BOLETES DE COCO

INGREDIENTS:

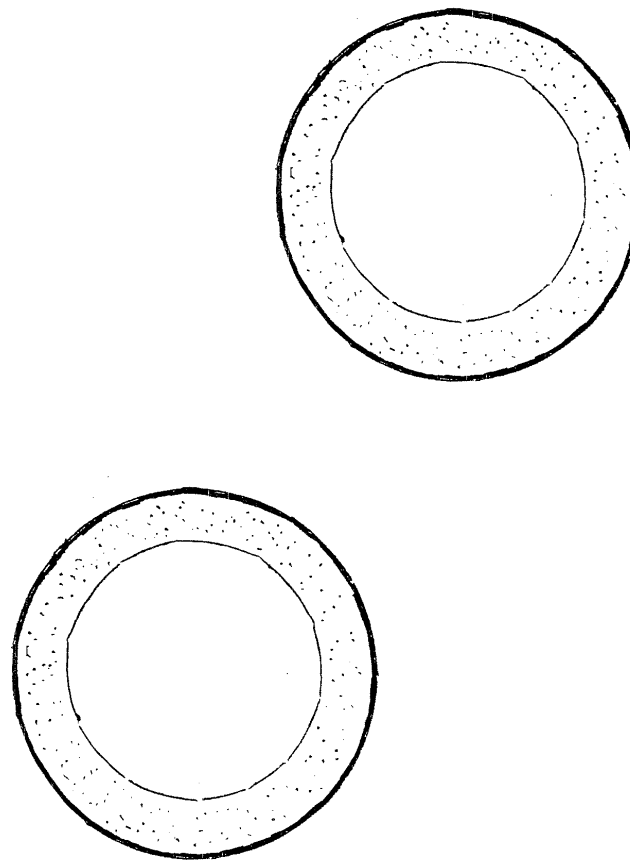
LLET CONDENSADA
COCO RATLLAT

PREPARACIÓ:

ES BARREJA LA LLET CONDENSADA AMB EL
COCO, FINS QUE QUEDI UNA PASTA
MANEJABLE.

FER LES BOLETES SOBRE UN PLAT.
RESERVAR COCO RATLLAT I, UN COP FETA LA
BOLETA, ENFARINAR-LA DE COCO SEC.

I JA POTS MENJAR-LA!!!



ENTREPÀ DE COCODRIL

INGREDIENTS:

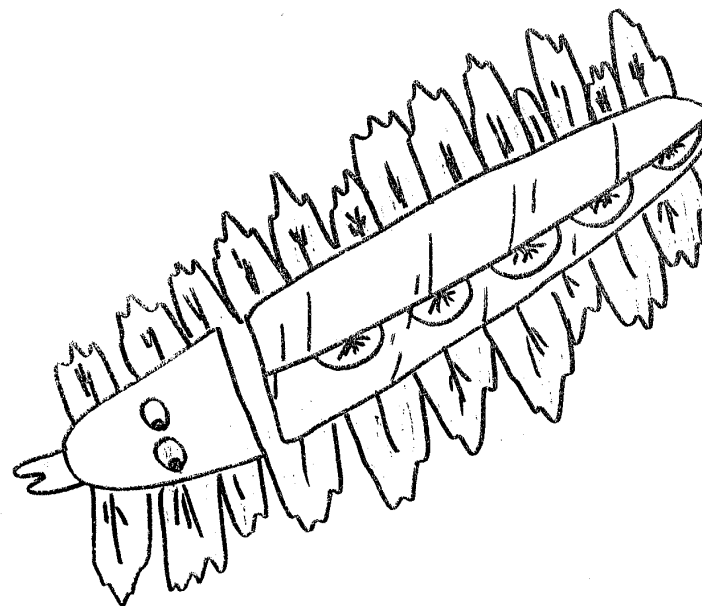
UNA BARRA DE PA
UNA LLAUNA DE TONYINA
UN TOMÀQUET MADUR
UN TROS DE PEBROT VERMELL
DUES OLIVES VERDES
ENCIAM

PREPARACIÓ:

TALLEM UN TROS DE PA, QUE SERÀ EL CAP, I S'OBRE PER LA MEITAT. LI FIQUEM EL PEBROT (QUE SERÀ LA LLENGUA), I AMB DOS ESCURADENTS LI CLAVEM LES OLIVES A DALT (I SERAN ELS ULLS).
OBRIM PEL MIG LA RESTA DE PA I L'OMPLIM DE TONYINA.
TALLEM EL TOMÀQUET A ROTLLANES I LES POSEM PEL DAMUNT.

AMB L'ENCIAM, LI FARM EL "LLIT", AL COCODRIL.

QUI ES MENJARÀ A QUI????



PASTÍS DE LLIMONA

INGREDIENTS:

PA DE PESSIC TALLAT A RECTANGLES
LLIMONES
SUCRE
(TAMBÉ ES POT FER AMB MELMELADA DE
TARONJA, PRÉSSEC, ...)

PREPARACIÓ:

OBRIR ELS RECTANGLES DE PA DE PESSIC
AMB UN GANIVET (AJUDAT PER UN ADULT).
ESCÓRRER EL SUC D'UNA LLIMONA I
BARREJAR-LO AMB LA PELL RATLLADA D'UNA
ALTRA LLIMONA I EL SUCRE.
UNTAR UNA DE LES PARTS DEL PA DE PESSIC
AMB LA BARREJA ANTERIOR I TAPAR-HO AMB
L'ALTRA MEITAT.
MOLDRE SUCRE EN EL MOLINET, PER
ACONSEGUIR SUCRE GLACÉ. ESCAMPAR-LO
PER SOBRE EL PA DE PESSIC.

